



العسل في الأطباق الرئيسية

حول العالم: بيتزا وسلطة

أشهى الوصفات للأولاد

إستعداداً للبرد شوربة ويخنة

إبداع الطماطم

يخنة الفول ص 107

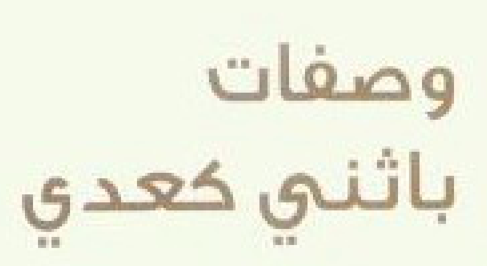
قائمة طعام أكتوبر

101

اليخنة ليس لها بديل

اليخنة طبق أساسي على كل مائدة، لذا تشاركنا الشيف نرمين أروع الإبتكارات في مجال اليخنات ومرحباً بالتنويع

116



وصفات باثني كعدي

كعادتها، تشاركنا باثني ببعض من وصفاتها المميزة والرائعة، إستمتعوا هذه المرّة أيضاً ببعض من وصفات ديرتي كيتشن!

73

تحضيراً للشتاء الحساء

استعداداً لفصل الشتاء، قرر الشيف أندرو مشاركتنا بأحدث إبتكاراته في أطباق الحساء. ما رأيكم؟

45

للحلويات سيطرة على الصغار والكبار، فمن منا لا يطلب الحلويات؟ هذه المرة الحلويات معدّة خصيصاً لأطفالنا الأحباء

حلويات للأولاد الحلوين

17

شكراً يا طماطم

قرر الشيف إكو تسليط الضوء على وصفات معدّة بالطماطم غنية بالطعمة واللون الأحمر، فلنستمتع بها



العالم مدور والبيتزا مدورة حواليه

ليس من الضروري أن تكون البيتزا أيطالية، فلها أن تكون ذو جنسية مختلفة، فما هي يا ترى؟

59

وصفات أساسها عسل وطعمها؟؟

87

يشاركنا الشيف دينو وصفات مكوّنها الأساسي العسل ليقنعنا أن العسل ليس فقط للتحلية بل لإضفاء النكهة المميزة

الأبواب

سلطات بمختلف اللغات

سلطات متنوعة ومختلفة من كل أرجاء العالم فالسلطة في أيامنا هذه تزين السفرة قبل الطبق الأساسي

31

خطوة خطوة

تعلموا كيفية تفصيص البرتقال واستعماله خطوة خطوة

تفصيص البرتقال في هذا العدد لإعداد وصفتين رائعتين خطوة خطوة

121

قائمة الوصفات المصورة

المقبلات والسلطات:

السلطات:

قائمة الوصفات المصورة

الحساء:

البيتزا:

قائمة الوصفات المصورة

تكملة البيتزا:


65 بيتزا الأجبان الأربعة (من إيطاليا)


66 بيتزا البابير (من الهند)


63 بيتزا الكفتة (من تركيا)


62 بيتزا مارجريتا (من إيطاليا)

الأطباق الرئيسية:


106 يخنة الروبيان


108 يخنة القنبيط والدجاج


114 يخنة السبانخ واللحم


107 يخنة الفول


112 يخنة الكفتة


102 يخنة الخضروات المشكلة


113 يخنة اللحم البقري


111 يخنة الأرضي شوكي


109 يخنة البصل الصغير واللحم


104 يخنة الفاصوليا الخضراء


105 يخنة البامية واللحم


110 يخنة الكالاماري المحشو


103 يخنة الدجاج


24 دجاج محشي مشوي


22 البيني مع الطماطم والموتزاريلا


119 ريزوتو المشروم البري


27 التونة مع الطماطم والريحان


98 الروبيان المشوي بالعسل


95 صدور الدجاج المشوية بالعسل


96 الدجاج المشوح بالعسل

قائمة الوصفات المصورة

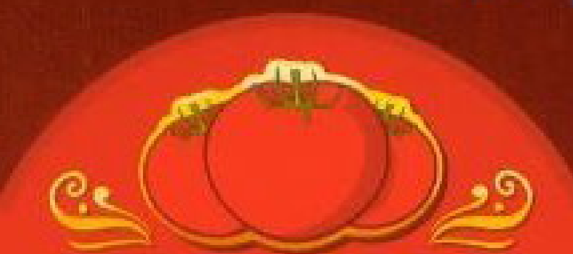


المقادير

- 1 كوب من البرغل
- 1 كوب من الماء المغلي
- 1 كوب من أوراق الريحان الطازجة (مقطع ناعمًا، والمزيد من الأوراق الكاملة للتزيين)
- 1 كوب من أوراق النعناع الطازجة (مقطع ناعمًا، والمزيد من الأوراق الكاملة للتزيين)
- 1 كوب من أوراق البقدونس الطازجة (مقطع خشنًا، والمزيد من الأوراق الكاملة للتزيين)
- حبات من الطماطم الكرزية، مقطعة إلى فصوص
- 1 فص مفروم من الثوم
- 2 ملعقة كبيرة من الخل الأحمر
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر
- 2 بصلة خضراء (الأجزاء البيضاء والخضراء الفاتحة فقط، مقطعتان إلى شرائح رفيعة)
- عصير 1 ليمونة
- 1½ ملعقة صغيرة من الملح الخشن
- فلفل أسود مطحون حديثًا حسب الذوق

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 425 فهرنهايت.
2. يوضع البرغل في وعاء مضاد للحرارة ويضاف إليه الماء المغلي ويقلب، ثم يغطى الوعاء بإحكام ويوضع في الثلاجة لمدة ساعة إلى أن يتم امتصاص السائل.
3. تخلط الأعشاب المقطعة معًا.
4. تخلط الطماطم مع الثوم والخل و1ملعقة صغيرة من الزيت و2 ملعقة كبيرة من خليط الأعشاب في صينية خبز ذات حواف، وتشوى الطماطم لمدة 12 دقيقة إلى أن تبدأ في أن تطرى، ثم تترك لتبرد.
5. يضاف إلى البرغل خليط الطماطم المشوية وبقية الأعشاب المقطعة والبصل الأخضر وعصير الليمون والملح والفلفل الأسود وبقية الزيت ويقلبوا برفق.
6. تزين التبولة بأوراق الأعشاب الكاملة.



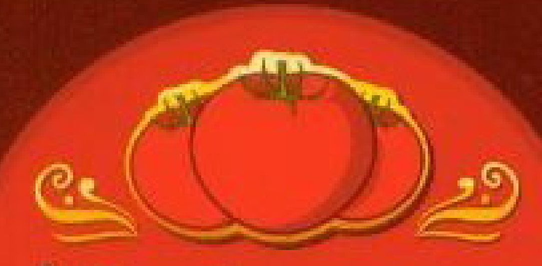
تبولة الطماطم المشوية

المقادير

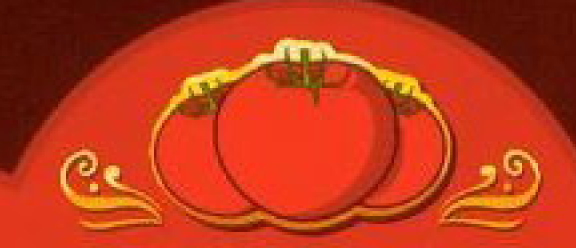
- 6 حبات مقطعة من الطماطم الكرزية
- ½ كوب من الطماطم المجففة بالشمس (معبأة في الزيت)
- 3 فصوص مفرومة من الثوم
- ¼ كوب من زيت الزيتون
- 2 ملعقة كبيرة من الخل البلسمي
- ¼ كوب من الريحان الطازج (بدون السيقان)
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
- 1 رغيف من خبز الباجيت الفرنسي
- 2 كوب من جبن الموتزاريلا المبشور

الطريقة

1. تسخن مشواة الفرن.
2. في وعاء كبير الحجم تخلط الطماطم الكرزية مع الطماطم المجففة والثوم وزيت الزيتون والخل البلسمي والريحان والملح والفلفل، ويترك الخليط لمدة 10 دقائق.
3. يقطع الخبز إلى شرائح سمكها ¾ بوصة، وترص الشرائح في صينية خبز في درجة واحدة وتشوى لمدة من دقيقة إلى دقيقتين إلى أن تكتسب لونًا بنيًا خفيفًا.
4. يقسم خليط الطماطم بالتساوي على شرائح الخبز، ويوضع جبن الموتزاريلا على الوجه.
5. يشوى الخبز بالطماطم لمدة 5 دقائق أو إلى أن يذوب الجبن.



بروسكيتا الطماطم المزدوجة



شوربة الطماطم والريحان

المقادير

- 4 حبات من الطماطم (مقشرة، مفرغة من البذور ومقطعة إلى مكعبات)
- 4 أكواب من عصير الطماطم
- 14 ورقة ريحان طازجة
- 1 كوب من كريمة الخفق الثقيلة
- ½ كوب من الزبد
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. توضع الطماطم وعصير الطماطم في قدر على نار متوسطة الحرارة وتطهى لمدة 30 دقيقة.
2. يهرس خليط الطماطم ومعه أوراق الريحان، ثم يعاد الخليط إلى القدر.
3. توضع القدر على نار متوسطة الحرارة، وتضاف الكريمة الثقيلة والزبد ويقلبا.
4. تتبل الشوربة بالملح والفلفل الأسود حسب الرغبة.
5. تسخن الشوربة مع التقليب إلى أن يذوب الزبد، لكن يراعى ألا تغلي.



الطماطم والزبادي الحار

المقادير

8 حبات طماطم ناضجة وصلبة
1 ملعقة صغيرة من الزيت النباتي
2 ملعقة صغيرة من بذور الكمون
1 ملعقة صغيرة من بذور الخردل البنية
2 ملعقة كبيرة من الزبد (مقطع إلى قطع صغيرة)
¼ ملعقة صغيرة من الكركم
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الحريف
فصوص مفرومة من الثوم
2 فليفلة (مفرغتان من البذور ومقطعتان ناعمًا)
1 ملعقة صغيرة من الملح
1 كوب من الزبادي المصنوع من الحليب الكامل
أوراق كزبرة (اختياري)

الطريقة

1. يغلى بعض الماء في قدر كبيرة الحجم.
2. في تلك الأثناء يملأ وعاء كبير الحجم بالماء البارد وبعض مكعبات الثلج ويوضع بالقرب من القدر.
3. توضع الطماطم في الماء المغلي لمدة 10 ثوان للحبة الواحدة، ثم تستخدم مقصوصة لنقل الطماطم إلى الماء المثلج، ثم تصفى الطماطم من الماء وتجفف، ثم تقشر وتفرغ من البذور مع مراعاة عدم تقطيعها، ثم توضع جانبًا.
4. في مقلاة كبيرة الحجم يسخن الزيت على نار عالية الحرارة، ثم تضاف إليه بذور الكمون والخردل وتخفض درجة الحرارة إلى بين متوسطة ومرتفعة، وتغطى المقلاة وتطهى البذور لمدة دقيقتين إلى أن تبدأ في الفرقعة، ثم يرفع الغطاء ويضاف الزبد، وعندما يذوب الزبد يضاف الكركم والفلفل الحريف ويستمر في الطهي لمدة دقيقة واحدة إلى أن يتصاعد عطر الخليط.
5. يضاف الثوم والفلفل والملح، ويستمر في الطهي لمدة دقيقة إلى أن يتصاعد عطر الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة، ويضاف الزبادي ويقلب في اتجاه واحد إلى أن ينعم، ثم تضاف الطماطم وتقلب برفق ليغطيها الخليط، وتطهى لمدة 5 دقائق إلى أن تدفأ.
6. تزين بالكزبرة (اختياري) وتقدم دافئة مع الكثير من الصوص.

البيني مع الطماطم والموتزاريلا

المقادير

- 250 جم من معكرونة البيني الملونة
- ¼ كوب من زيت الزيتون
- 1 حزمة مقطعة من البصل الأخضر
- 1 فص مفروم من الثوم
- 2 كوب من الطماطم الكرزية المقطعة إلى أرباع
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق
- 5 أوقيات من جبن الموتزاريلا (مقطع إلى مكعبات)
- ½ كوب من جبن البارميزان المبشور
- 4 أوقيات من الريحان الطازج
- 12 زيتونة سوداء كبيرة الحجم (مقطع إلى أنصاف)

الطريقة

1. تطهى المعكرونة في قدر كبيرة الحجم بها ماء مملح والقليل من الزيت إلى أن تطرى، ثم تصفى وتوضع جانبًا.
2. يسخن زيت الزيتون في قدر صغيرة الحجم، ثم يضاف البصل الأخضر ويطهى لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق مع التقليب المستمر.
3. يضاف الثوم ويطهى لمدة دقيقتين.
4. تضاف المعكرونة والطماطم والملح والفلفل الأسود ويطهى الخليط على نار منخفضة الحرارة إلى أن يسخن جيداً.
5. يضاف جبن البارميزان وجبن الموتزاريلا ويقلبا.
6. تقطع أوراق الريحان تقطيعًا خشنًا إلى أنصاف أو أثلاث، ثم تضاف إلى الباستا ومعها الزيتون، ثم تقدم السلطة.



شوربة طبقات الطماطم

المقادير

1½ كجم من الطماطم الناضجة
3 إلى 4 ملاعق كبيرة من خل العنب الأبيض
ملح
2 حبة أفوكادو ناضجة صلبة
¾ كوب من مرق الدجاج منزوع الدسم
⅓ كوب من الكريمة الحامضة
3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون الحامض
1 خيارة
3 ملاعق كبيرة من البصل الصغير المفروم
1 ملعقة صغيرة من الطرخون الطازج المفروم

الطريقة

1. تغسل الطماطم وتفرغ من البذور وتقطع إلى قطع غليظة، ثم تضرب في الخلاط أو معالج الطعام إلى أن تنعم، ثم تمرر من مصفاة ناعمة إلى وعاء، بحيث ينتج عنها حوالي 3 أكواب. يتم التخلص من الفضالة المتبقية في المصفاة، وتتبل الطماطم بالملح وملعقتين أو 3 ملاعق من الخل، حسب الذوق. تغطى الطماطم وتبرد لمدة ساعة على الأقل.
2. يقشر الأفوكادو ويفرغ من البذر ويقطع إلى قطع غليظة، ثم يضرب في الخلاط أو معالج الطعام مع المرق والكريمة الحامضة وعصير الليمون الحامض إلى أن ينعم الخليط، ثم يضاف الملح حسب الذوق، ثم يغطى الخليط بغلاف بلاستيكي ويبرد لمدة ساعة على الأقل.
3. تقشر الخيارة وتقطع إلى نصفين بالطول وتفرغ من البذور، ثم تقطع إلى مكعبات بحجم ⅛ بوصة بحيث ينتج عنها حوالي كوب واحد.
4. في وعاء صغير الحجم يخلط الخيار مع الكراث و1 ملعقة كبيرة من الخل والطرخون، ثم يغطى الخليط ويبرد لمدة 30 دقيقة على الأقل.
5. للتقديم: يقلب خليط الأفوكادو، ثم يصب بالتساوي في كؤوس (سعة الواحدة من 12 إلى 16 أوقية)، ثم يخفق خليط الطماطم ويصب فوق الأفوكادو، ثم يوضع خليط الخيار في النهاية. الكؤوس المستقيمة الغير ملونة تظهر طبقات الألوان أفضل.

المقادير

4 أنصاف من صدور الدجاج المخلية من الجلد والعظام

½ ملعقة صغيرة من الملح الخشن

فلفل أسود مطحون حديثاً

2 فص مفروم من الثوم

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر

الحشو:

12 ورقة ريحان (والمزيد للتزيين)

2 حبة من طماطم البيف ستيك (مقطعتان إلى شرائح سمكها ¼ بوصة)

الطريقة

1. فراشات صدور الدجاج: توضع أنصاف صدور الدجاج على لوح تقطيع بحيث يكون الجانب الناعم إلى أسفل والأطراف البارزة إلى أعلى، ثم يشق كل نصف بشكل أفقي، مع مراعاة التوقف عن الشق على بعد ½ بوصة من الجانب الآخر، ثم تفتح الصدور المشقوقة كالكتاب، وترش كل قطعة بـ ½ ملعقة صغيرة من الملح وتتبل بالفلفل الأسود. تنقل الصدور إلى طبق ويغطى كل جانب منها بالثوم والزيت، وتترك لتستقر لمدة 30 دقيقة.
2. تسخن مشواة أو مقلاة شواء إلى أن تبلغ درجة حرارة متوسطة.
3. توضع 3 أوراق ريحان في قاع كل صدر مفتوح، ثم توضع شريحتان من الطماطم على الريحان، ثم يطوى النصف الآخر من الصدر ويغلق بأسياخ.
4. تشوى الصدور مع تقليبها مرة واحدة لمدة 15 دقيقة إلى أن تكتسب اللون البني الذهبي من الجانبين ويفقد منتصفها اللون الوردي.
5. توضع الصدور في طبق تقديم نظيف وتزين بالريحان، ويمكن خلع الأسياخ قبل التقديم.



دجاج محشي مشوي

سر النكهة الغنية للكبسة الشهية

مسحوق أجي.نو.موتو معزز النكهات

هذا هو السر الذي يضفي النكهة الفريدة والمميزة على أطباقك. أضيفيه أثناء التحضير واكتشفي بنفسك قدرته على منح مكونات الأكل طعمها الطبيعي وجعل الأطباق أشهى وألذ.
إنه أجي.نو.موتو، المسحوق المثالي لتحضير جميع الأطباق العربية. جربيه بنفسك واستمتعي بروعة الطعم.
أضيفي أجي.نو.موتو لأطباقك وتلذذي بالنكهة.

وصفة كبسة الدجاج

(تكفي لـ ٤ أشخاص)

تحضير مرقة الدجاج

الطريقة	الوزن	وقت الطهي
حمي الزيت	٥٠ غرام	
أضيفي البصل	١١٤ غرام	يُقلى حتى يصبح ذهبي
أضيفي الثوم	١٤ غرام	
أضيفي قطع الدجاج	١٠٠٠ غرام	يُخلط
* أضيفي أجي.نو.موتو	٣.٥ غرام	
أضيفي البهارات		
بهار أسود	١ غرام	
القليل من كبش القرنفل		
القليل من أوراق الغار المجففة		حركيه لدقيقتين
ملح	١٠ غرام	
كمية قليلة من حب الهال الأخضر		
أضيفي قطع الطماطم الطازجة	١٥٠ غرام	حركيه لدقيقة واحدة
أضيفي معجون الطماطم	٣٠ غرام	
أضيفي الماء	ليتر	دعيه يغلي لثلاثين دقيقة
أخرجي الدجاج من القدر		

تحضير الدجاج

الطريقة	الوزن	وقت الطهي
الدجاج المستخرج بعد تحضير المرقة		
ثوم مطحون	١٤ غرام	
معجون الطماطم	٥٠ غرام	
كمون	١.٢ غرام	
ملح	١٠ غرام	
تبلي الدجاج		٣٠ دقيقة
أشويه في الفرن		

تحضير الرز بمرقة الدجاج

الطريقة	الوزن	وقت الطهي
رز حب طويل	٤٠٠ غرام	
إغسلي الرز مرتين		٢٠ دقيقة
قومي بنقعه		
صفيه		
أضيفي مرقة الدجاج (يجب أن تغطي المرقة الرز)		حتى يطهى

زينيه بالمونكه المجففة وقدميه ساخناً



الطماطم الخضراء المحمرة

المقادير

حبات طماطم خضراء، كبيرة الحجم
2 بيضة
½ كوب من كريمة الطهي
1 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
½ كوب من الذرة المطحونة خشنًا
½ كوب من البقسماط
2 ملعقة صغيرة من الملح الخشن كبير الحبة
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
250 ملل من الزيت النباتي للتحمير

الطريقة

1. تقطع الطماطم إلى شرائح سمكها ½ بوصة ويتم التخلص من الأطراف.
2. يخفق البيض والكريمة معًا في وعاء متوسط الحجم.
3. يوضع الدقيق في طبق.
4. تخلط الذرة المطحونة مع البقسماط والملح والفلفل في طبق آخر.
5. تغمس الطماطم في الدقيق ليغطيها، ثم في خليط الحليب والبيض، ثم تدحرج في البقسماط ليغطيها تمامًا.
6. يصب ما يكفي من الزيت النباتي لملء ارتفاع ½ بوصة من مقلاة كبيرة الحجم ويسخن على نار متوسطة الحرارة، ثم توضع الطماطم في المقلاة على دفعات (حسب حجم المقلاة) دون أن تتزاحم معًا أو تتلامس، وعندما تكتسب اللون البني تقلب وتحمر على الجانب الآخر، ثم تصفى على مناشف ورقية.

التونة مع الطماطم والريحان

المقادير

- 5 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 كغ من التونة المقطعة إلى قطع سمكها 1 بوصة
- ملح خشن وفلفل أسود مطحون حديثًا
- 1 بصلة مقطعة (حوالي 1 كوب)
- 2 كوب من الطماطم الكرزية الصغيرة (بدون السيقان ومقطعة إلى أنصاف)
- ½ كوب من الماء
- أوراق مقطعة خشنًا من الريحان

الطريقة

1. في مقلاة مساحتها 12 بوصة تسخن 1½ ملعقة كبيرة من الزيت على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة. تتبل التونة بالملح والفلفل بسخاء، ثم يرص نصفها في طبقة واحدة في المقلاة وتطهى مع تقليبها مرة واحدة لمدة 1½ دقيقة للجانب الواحد إلى أن تكتسب اللون البني الذهبي من الجانبين، بينما يظل لونها ورديًا قليلاً من الداخل. تنقل التونة إلى طبق وتغطى للحفاظ عليها دافئة، ثم تكرر العملية مع النصف الآخر.
2. يمسح قاع المقلاة ويوضع فيها بقية الزيت والبصل ويطهى البصل على نار متوسطة الحرارة مع التقليب لمدة من 4 إلى 6 دقائق إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي وينعم.
3. تضاف الطماطم والماء ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة دقيقتين مع التقليب إلى أن يبدأ قشر الطماطم في التجعد، ثم يستمر في الطهي على نار هادئة للغاية لمدة 5 دقائق إضافية إلى أن يصبح الصوص سميكًا قليلاً.
4. يضاف الريحان إلى المقلاة ويطهى مع التقليب إلى أن يذبل، ويتبل الخليط بالملح والفلفل.
5. يصب الصوص الساخن بالملعقة على التونة قبل التقديم مباشرة.





صوص الطماطم

المقادير

- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ½ بصلة حمراء متوسطة الحجم (مفرومة)
- 4 فصوص مفرومة من الثوم
- 14 أوقية (1 عبوة) من مكعبات الطماطم (في عصيرها)
- 3 ملاعق كبيرة من خل العنب الأحمر
- ½ ملعقة صغيرة من الأوريجانو المجفف (مفتت)
- ½ ملعقة صغيرة من الريحان المجفف (مفتت)
- ملح خشن حسب الذوق

الطريقة

1. في مقلاة متوسطة الحجم يسخن الزيت على نار متوسطة الحرارة، ثم يضاف إليه البصل والثوم ويطهيا مع التقليب المستمر لمدة 7 دقائق إلى أن يطريا.
2. تضاف الطماطم وعصيرها وخل العنب الأحمر والأوريجانو والريحان، ويترك الصوص على نار هادئة إلى أن يصبح سميكا، ويتبل بالملح حسب الذوق.

المقادير

- 3 حبات متوسطة الحجم من الطماطم (مفرغة من البذور ومقطعة)
- 1 فليفلة خضراء متوسطة الحجم مقطعة
- 1 عرق كرفس مقطع إلى شرائح رفيعة
- ½ كوب من البصل الأحمر المقطع
- 2 ملعقة كبيرة من خل التفاح
- 1 ملعقة كبيرة من السكر
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

الطريقة

1. في وعاء كبير الحجم تخلط الطماطم مع الفلفل الأخضر والكرفس والبصل.
2. في وعاء صغير الحجم يخلط الخل مع السكر والملح والفلفل الأسود، ثم يضاف الخليط إلى خليط الطماطم ويغلى ويوضع في الثلاجة لمدة ساعتين على الأقل، مع مراعاة تقليبه عدة مرات.
3. تقدم السلطة بمقصوصة.



سلطة الطماطم والفلفل الأخضر

الطماطم المخبوزة بالجبن

المقادير

حبات طماطم مقطعة إلى أنصاف بشكل أفقي
½ كوب من جبن البارميزان المبشور حديثاً
1 ملعقة صغيرة من الأوريجانو الطازج المقطع
½ ملعقة صغيرة من الملح
فلفل أسود مطحون حديثاً (حسب الذوق)
ملاعق صغيرة من زيت الزيتون البكر إكسترا

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 450 فهرنهايت.
2. توضع الطماطم في صينية خبز بحيث يكون الجانب المقطوع إلى أعلى، ثم يوضع عليها جبن البارميزان والأوريجانو والملح والفلفل.
3. ترش الطماطم بزيت الزيتون وتخبز لمدة 15 دقيقة تقريباً إلى أن تطرى.



سلطة الدجاج التايلندية

المقادير

- ¼ كوب من تتبيلة السلطة الإيطالية
- ٣ ملاعق كبيرة من السكر
- ٣ ملاعق كبيرة من زبدة الفول السوداني الكريمية
- ١ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ١ ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر المسحوق
- ½ رطل من صدور الدجاج المشوية من الجانبين والمطهوة (مقطعة إلى شرائح رقيقة)
- ½ رطل من براعم الفاصوليا (مقطعة إلى قطع بطول ٣ بوصات)
- ½ كوب من الجزر المقطع إلى شرائح
- ½ كوب من الفلفل الأخضر المقطع إلى شرائح
- ½ كوب من الفول السوداني المحمص المقطع
- ½ كوب من براعم الفاصوليا (مسلوقة)
- ١ كوب من الخس الصيني (مقطع إلى شرائح)

الطريقة

1. في وعاء، اخلطي تتبيلة السلطة الإيطالية مع السكر وزبدة الفول السوداني وعصير الليمون والفلفل الأحمر المسحوق.
2. اخلطي ½ كوب من خليط التتبيلة مع بقية المكونات وحركيها جيداً.
3. قدمي السلطة على طبقة من الخس و رشي الفول السوداني وبقية التتبيلة.
4. زيني السلطة بالجزر المقطع.

السلطة اليونانية

المقادير

- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون البكر
- 1½ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- 1 فص مفروم من الثوم
- ½ ملعقة صغيرة من الأوريجانو المجفف
- ¼ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون حديثًا (والمزيد منه للتزيين)
- 3 حبات من الطماطم (مقطعة إلى فصوص)
- ¼ بصلة حمراء مقطعة إلى حلقات
- ½ خيارة مقطعة إلى شرائح سميكة
- ½ فليفلة خضراء مقطعة إلى شرائط
- 4 أوقيات (120 جم) من جبن الفيتا المقطع إلى مكعبات صغيرة
- 16 زيتونة كالاماتا

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع عصير الليمون والملح والفلفل والأوريجانو في برطمان صغير الحجم ذي غطاء ويرج البرطمان لتختلط المكونات.
2. توضع مكونات السلطة في وعاء كبير الحجم.
3. تصب التتبيلة على السلطة وتخلط معها برفق قبل التقديم مباشرة.
4. تزين السلطة بالفلفل الأسود المطحون حديثًا.





المقادير

1 حبة فجل بوزن ½ كجم تقريبًا (مبشورة)
1 قطعة من الزنجبيل
(مقطعة إلى شرائح رفيعة)
1 حبة طماطم مقطعة ناعمًا
2 ملعقة صغيرة من عصير الليمون الحامض
1 فليفلة خضراء مقطعة ناعمًا
بعض أوراق الكزبرة المقطعة
ملح حسب الذوق

الطريقة

1. يضاف الملح إلى الفجل ويترك لمدة 5 دقائق.
2. يعتصر الفجل لإخراج الماء الزائد عنه.
3. يضاف الزنجبيل والفلفل الأخضر والطماطم وأوراق الكزبرة وعصير الليمون الحامض ويخلطوا جيدًا.

سلطة الفجل الهندية



سلطة التونة المكسيكية

المقادير

2 عبوة من التونة
½ كوب من المايونيز
¼ ملعقة صغيرة من مسحوق الفلفل الحريف
¼ بصلة حمراء مفرومة
1 فص مفروم ناعمًا من الثوم
2 ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم ناعمًا
3 زيتونات سوداء كبيرة الحجم مفرومة ناعمًا
3 أوراق خس مقطعة إلى قطع بحجم اللقيمات
½ كوب من رقائق التورتيا
فلفل أسود
ملح مائدة حسب الذوق

الطريقة

1. تصفى التونة جيدًا.
2. في وعاء منفصل يخلط المايونيز مع بقية المكونات، فيما عدا التونة، جيدًا.
3. تضاف التونة المصفاة وتقلب.
4. يضاف الملح والفلفل وتوضع السلطة على طبقة من أوراق الخس وتزين برقائق التورتيا.
5. تقدم السلطة.

المقادير

450 جم من الدجاج (مطبوخ ومقطع)
1 بصلة مقطعة ناعمًا إلى شرائح
1 جزرة مقطعة إلى شرائط
1 فجلة مقطعة ناعمًا إلى شرائح
1 عود كرفس مقطع إلى شرائح رفيعة
½ فليفلة رومي خضراء مفرغة من البذور ومقطعة ناعمًا إلى شرائح
125 جم من أوراق خس الآيس برج المقطعة
½ خيارة مقطعة إلى شرائح بشكل مائل

التتبيلة:
5 ملاعق كبيرة من عصير الليمون
100 ملل من الماء
3 ملاعق كبيرة من السكر

للتزيين:
1 ملعقة كبيرة من أوراق النعناع المقطعة
1 فليفلة حمراء مفرغة من البذور ومقطعة

الطريقة

1. تخلط مكونات التتبيلة معًا.
2. توضع مكونات السلطة، فيما عدا الخس والخيار، في وعاء، ثم تصب عليها التتبيلة ويغطى الوعاء ويوضع في الثلاجة لمدة ساعة.
3. تنقل السلطة إلى وعاء خاص بها.
4. يضاف الدجاج والخيار والخس.
5. تخلط المكونات معًا وترش بالنعناع والفلفل الأحمر.
6. تقدم السلطة.



سلطة الدجاج الفيتنامية

سلطة الدجاج واليوسفي

المقادير

1 رأس خس آيس برج (كابوتشي)

1 جزرة صغيرة الحجم (مقطعة إلى شرائح)

½ فليفلة رومي حمراء و½ فليفلة رومي خضراء (مقطعتان إلى شرائح رفيعة)

1 حبة يوسفي (مقشرة ومفصصة)

1 صدر دجاجة (مشوي ومقطع إلى شرائح)

حفنة من نودلز الأرز المحمرة للتزيين

التتبيلة:

½ كوب من عصير البرتقال

2 ملعقة كبيرة من عصير المانجو

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

½ ملعقة صغيرة من السكر

ملح وفلفل أسود حسب الذوق



الطريقة

1. تقطع أوراق الخس إلى قطع صغيرة بحجم اللقيمات في وعاء سلطة نظيف.
2. يضاف الجزر والفلفل الرومي واليوسفي ويخلطوا معًا جيدًا.
3. في برطمان نظيف توضع مكونات التتبيلة كلها معًا ويرج البرطمان جيدًا إلى أن تختلط المكونات.
4. تقدم السلطة في طبق نظيف وترش عليها التتبيلة.
5. يقطع الدجاج المشوي ويوضع على السلطة، وتزين السلطة بنودلز الأرز المحمرة.
6. تقدم السلطة.

سلطة السلمون والنودلز اليابانية

المقادير

400 جم من النودلز السميكة
2 قطعة من فيليه السلمون (بالجلد)
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
ملح وفلفل أسود مطحون حديثًا
1 خيارة مقطعة إلى شرائح رفيعة
2 بصلة خضراء مقطعة إلى شرائح رفيعة

تتبيلة الصويا:
2 ملعقة صغيرة من زيت السمسم
120 مل من صوص الصويا
2 ملعقة كبيرة من الخل البلسمي
60 مل من عصير الليمون الحامض
2 ملعقة كبيرة من السكر
2 فليفلة حمراء مقطعة ناعمًا

الطريقة

1. تطهى النودلز في الماء المغلي، ثم توضع جانبًا.
2. لإعداد التتبيلة: يوضع في وعاء زيت السمسم مع صوص الصويا والخل البلسمي والسكر وعصير الليمون الحامض والفلفل المقطع ويحركوا جيدًا إلى أن يذوب السكر.
3. يتبل السلمون بالزيت والملح والفلفل.
4. يطهى السلمون في مقلاة جافة على ناحية الجلد لمدة دقيقتين.
5. يقلب السلمون ويطهى لمدة دقيقتين آخريين.
6. يرفع السلمون من المقلاة ويترك ليستريح لمدة دقيقتين.
7. توضع النودلز في طبق وعليها الخيار والبصل الأخضر.
8. يضاف السلمون، ثم يرش صوص الصويا وتقدم السلطة.

سلطة الجزر والتفاح الإندونيسية

المقادير

- 1 تفاحة جراني سميث خضراء (مفرغة من البذور ومقطعة إلى أرباع)
- 3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون
- 1 ملعقة صغيرة من زيت الكانولا
- 1 ملعقة صغيرة من السكر
- 3 جزرات كبيرة الحجم (مغسولة ومقشرة)
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

الطريقة

1. تبشر التفاحة على مبشرة جبن بما فيها القشر في وعاء متوسط الحجم، ثم يرش التفاح المبشور بعصير الليمون ويخلط معه جيدًا باليدين.
2. يضاف السكر والزيت إلى التفاح المبشور.
3. يبشر الجزر في وعاء متوسط الحجم.
4. يضاف الجزر المبشور والملح والفلفل الأسود إلى خليط التفاح ويخلط الكل معًا.
5. تغطى السلطة وتحفظ في الثلاجة إلى أن يحين وقت تقديمها.

السلطة الروسية



المقادير

1 رطل من بطاطس السلطة
1 كوب من الفاصوليا الخضراء (مقطعة إلى قطع صغيرة)
1 كوب من الجزر المقطع إلى مكعبات
1 كوب من البازلاء
1 فليفلة حمراء مقطعة إلى مكعبات
1 بصلة مقطعة ناعمًا
1 خيارة مخللة مقطعة إلى مكعبات
1 ملعقة كبيرة من الكابر
مايونيز (يكفي لتغطية السلطة)
خل حسب الذوق
ملح وفلفل أسود حسب الذوق
2 ورقة من خس الآيس برج
2 حبة طماطم مقطعة إلى فصوص
1 بيضة مسلوقة (مقطعة إلى شرائح للتزيين)

الطريقة

1. تسلق البطاطس، ثم تترك لتبرد، ثم تقطع إلى مكعبات.
2. تطهى البازلاء والجزر والفاصوليا، ثم يتركوا ليبردوا.
3. تخلط هذه المكونات كلها معًا.
4. يضاف الخل والملح والفلفل الأسود حسب الذوق.
5. يضاف المايونيز ويقلب، ثم توضع السلطة في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل، أو يمكن تركها في الثلاجة طوال الليل، مع مراعاة تغطيتها بغلاف بلاستيكي.
6. تقدم السلطة على أوراق الخس وتوضع شرائح البيض المسلوق على الوجه للتزيين.

سلطة الكيمتشي الكورية



المقادير

- 1 رطل من الكرنب
- 1 ملعقة كبيرة من الملح
- 8 أوقيات من الفجل
- 1 جزرة
- 2 خيارة
- 6 ملاعق كبيرة من الخل
- 3 ملاعق كبيرة من السكر
- 1 ملعقة صغيرة من الملح
- 1 ملعقة كبيرة من معجون الفلفل الحار
- 1 فص مفروم من الثوم
- ½ ملعقة صغيرة من السمسم

الطريقة

1. تقطع جذور الكرنب وتقطع كل ورقة منه بحذر.
2. يسلق الكرنب كله إلى أن ينضج، ثم توضع الأوراق في وعاء به ماء مثلج.
3. يقطع الجزر والفجل إلى شرائط بطريقة جوليان.
4. يقطع الكرنب إلى شرائط رفيعة.
5. يخلط الخل مع السكر والملح ومعجون الفلفل الحار والثوم في وعاء.
6. تتبل الخضروات بالتتبيلة وتزين بالسمسم.

سلطة الأرضي شوكي المغربية

المقادير

- 1 رطل (حوالي 500 جم) من قلوب الأرضي شوكي (الخرشوف) الطازجة أو المجمدة
- ⅓ كوب (80 ملل) من زيت الزيتون
- 5 إلى 6 فصوص من الثوم (مقطعة ناعمًا أو مسحوقة)
- 6 ملاعق كبيرة من البقدونس الطازج المقطع
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- ½ ملعقة صغيرة من البابريكا
- ¼ ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق
- 1 ليمونة مخللة (مقطعة إلى أرباع ومفرغة من البذور)
- ¼ كوب من الزيتون الأسود أو الأحمر

الطريقة

1. يوضع الأرضي شوكي في قدر صغيرة الحجم ويضاف إليه 2 كوب من الماء (ما يكفي لتغطية الأرضي شوكي بالكاد)، ويضاف زيت الزيتون والتوابل والبقدونس والليمون، وتغطى القدر وتترك على نار هادئة لمدة من 20 إلى 30 دقيقة إلى أن يطرى الأرضي شوكي.
2. يرفع الأرضي شوكي من القدر ويقطع إلى قطع صغيرة بحجم القبضات، ثم يعاد إلى القدر ومعه الزيتون، وتعدل درجة التتبيلة حسب الذوق، ثم يترك الخليط على نار هادئة لدقائق قليلة إضافية ليقل السائل إلى صوص سميك.
3. تقدم السلطة في درجة حرارة الغرفة أو مبردة.



السلطة الخضراء الفلبينية

المقادير

6 أوراق كبيرة الحجم من خس الآيس برج

2 حبة طماطم متوسطة الحجم

1 خيارة مقطعة إلى شرائح رفيعة

1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة إلى شرائح رفيعة

التتبيلة:

¼ كوب من السكر

¼ كوب من الخل

1 ملعقة صغيرة من صوص السمك

½ ملعقة صغيرة من الملح

¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المسحوق

الطريقة

1. تقطع أوراق الخس إلى قطع متوسطة الحجم.
2. تقطع الطماطم إلى فصوص.
3. توضع الخضروات كلها في وعاء سلطة كبير الحجم وتقلب تقليبًا سريعًا.
4. توضع جميع مكونات التتبيلة معًا في زجاجة صغيرة الحجم وتغلق الزجاجة بإحكام وترج جيدًا.
5. تصب التتبيلة على السلطة وتقلب قبل التقديم مباشرة.



جيلي الفواكه

المقادير

جيلي المانجو والتوت الأزرق:

500 ملل من عصير المانجو الطازج

4½ ملعقة صغيرة من مسحوق الجيلاتين

1 كوب من التوت الأزرق الطازج

جيلي التوت البري والفراولة:

500 ملل من شراب التوت البري الأحمر والفراولة

4½ ملعقة صغيرة من مسحوق الجيلاتين

2 كوب من الفراولة المقشرة والمقطعة

الطريقة

1. يغلى 200 ملل من العصير، ثم يضاف إليه الجيلاتين ويقلب بشوكة إلى أن يذوب.
2. يضاف بقية العصير ويقلب إلى أن يمتزج جيدًا.
3. توضع الفراولة أو التوت الأزرق باستخدام ملعقة في أكواب زجاجية، ثم يصب عليها خليط الجيلي وتحفظ في الثلاجة لمدة من 3 إلى 4 ساعات أو إلى أن تستقر.
4. يقدم الجيلي باردًا.



البودنج مع الحليب

المقادير

4 أكواب من الحليب قليل الدسم

2 عبوة من بودنج الفانيليا العادي

1 كوب من قطع البراونيز قليلة الدسم بحجم 1 بوصة (يمكن استخدام خليط من البراونيز قليلة الدسم ومنزوعته)

2 كوب من شرائح الفراولة

1 كوب من التوت الأزرق

الطريقة

1. يضاف الحليب إلى خليط البودنج يحرك ويترك ليغلي الى أن يتكاثف، يرفع عن النار ويترك جانبا ليبرد.
2. توضع نصف كمية البراونيز في قاع وعاء زجاجي متوسط الحجم، ثم تضاف إليها طبقة تتكون من نصف كمية البودنج، ثم 1 كوب من الفراولة، و½ كوب من التوت الأزرق، وتكرر الطبقات ببقية المكونات.
3. يقدم في الحال أو يغطى ويحفظ في الثلاجة.



طبقات الجيلي والكاسترد

المقادير

1 عبوة (وزن 85 جم) بودرة جيلي الفراولة

500 ملل عصير عنب أحمر

1 عبوة (وزن 425 جم) من سلطة الفواكه (مصفاة جيداً)

1 علبة من بسكويت الدايجستيف مقطعة

1 عبوة (سعة 600 ملل) من الكاسترد

فراولة للتقديم

الطريقة

1. يغلى العصير وتضاف اليه بودرة الجيلي، ويحرّك الى أن تذوب البودرة، ثم يترك جانبًا ليبرد قليلاً.
2. تقسم الفاكهة بين 6 كؤوس صغيرة الحجم، ثم يصب الجيلي عليها بالتساوي، ثم توضع الكؤوس في الثلاجة لمدة بين 3 إلى 4 ساعات أو إلى أن يستقر الجيلي.
3. يرش البسكويت بالتساوي على الجيلي، ثم يصب الكاسترد، ثم تعاد الكؤوس إلى الثلاجة مرة أخرى لمدة من ساعتين إلى 3 ساعات ليطرى البسكويت.
4. توضع الفراولة على الوجه للتقديم.



بان كيك التوت البري

المقادير

- 1¾ كوب من الدقيق
- 2 ملعقة كبيرة من السكر
- 1 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- ½ ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من جوزة الطيب المطحونة
- 2 بيضة كبيرة الحجم
- 1 كوب من الحليب
- 1 كوب من الكريمة الحامضة
- ¼ كوب من الزبد المذاب
- ½ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- ½ ملعقة صغيرة من بشر الليمون الناعم
- 1½ كوب من التوت الأزرق الطازج والمغسول
- شراب الفراولة

الطريقة

1. يوضع غربال في وعاء كبير الحجم وتقاس فيه مقادير الدقيق والسكر والبيكينج باودر وبيكربونات الصودا والملح وجوزة الطيب، وتنخل هذه المكونات في الوعاء.
2. في وعاء آخر كبير الحجم يخفق البيض خفقاً خفيفاً، ثم يضاف الحليب والكريمة الحامضة والزبد المذاب (أو الزيت) ومستخلص الفانيليا وتخفق هذه المكونات معاً لتمازج.
3. تعمل فجوة في منتصف الخليط الجاف ويصب فيها الخليط السائل، ويخفق الخليطان معاً بقوة لمدة 10 دقائق ليمتزجا.
4. يضاف بشر الليمون والتوت الأزرق ويقلبا مع العجين برفق باستخدام ملعقة مطاطية.
5. تسخن مقلاة كبيرة الحجم وثقيلة على نار متوسطة الحرارة لمدة من 3 إلى 4 دقائق، ثم يصب فيها ما يكفي من الزيت لتغطية السطح، وباستخدام ماسكة قدر ترفع المقلاة من الجانبين وترج ليتوزع الزيت بالتساوي.
6. لإعداد البان كيك باستخدام مغرفة يوضع حوالي ¼ كوب من العجين في المقلاة الساخنة، وتطهى حوالي 3 أو 4 قطع من البان كيك في المرة الواحدة.
7. تطهى البان كيك لمدة من دقيقة وربع إلى دقيقة ونصف للجانب الواحد، ثم تقلب على الجانب الآخر وتطهى لمدة تبلغ نصف مدة الجانب الأول إلى أن يكتسب الجانب الثاني اللون البني الذهبي.
8. تقدم البان كيك في الحال، ويفضل على أطباق دافئة، ويقدم مع شراب الفراولة.



الوافلز السهلة



المقادير

- 2½ كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- ½ كوب من نشا الذرة
- 1 ملعقة كبيرة من البيكينج باودر
- 1 ملعقة صغيرة من الملح
- 3 بيضات (البياض مفصول عن الصفار)
- 2½ كوب من الحليب
- 2 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت النباتي
- 2 ملعقة كبيرة من السكر الأبيض
- شراب شوكولاتة
- فراولة

الطريقة

1. في وعاء كبير الحجم يخلط الدقيق مع نشا الذرة والبيكينج باودر والملح.
2. في وعاء آخر يخلط صفار البيض مع الحليب والفانيليا والزيت والسكر، ثم يضاف الخليط إلى الخليط الجاف.
3. يقلب الخليطان معًا إلى أن يصبحا خليطًا واحدً ناعمًا بدون كتل، ثم يضاف بياض البيض ويقلب برفق، ثم يترك الخليط ليستقر لدقائق قليلة.
4. تدهن ماكينة الوافلز بالزيت ويصب فيها العجين ويخبز إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي.
5. تقدم الوافلز مع شراب الشوكولاتة والفراولة.



المافن الصغيرة

المقادير

- 6 ملاعق كبيرة من الزبد
- ½1 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 1 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- ½ ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 2 بيضة
- 3/2 كوب من السكر البني
- ½1 كوب من صلصة التفاح السميكة
- 1 كوب من التفاح الأحمر المقطع

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 375، وتوضع أكواب خبز في 12 صفيحة مافن وتوضع جانبًا.
2. في وعاء صغير الحجم صالح لفرن الميكروويف يذاب الزبد على درجة حرارة عالية لمدة من 30 ثانية إلى دقيقة تقريبًا، ثم يوضع جانبًا ليبرد قليلاً.
3. ينخل الدقيق مع البيكينج باودر وبيكربونات الصودا والقرفة والملح في وعاء كبير الحجم. عند خلط المكونات الجافة والسائلة للمافن، يقلب الخليط برفق إلى أن يختفي الدقيق تمامًا، وسينتج عن هذا مافن ذات بنية قابلة للتفتت.
4. في وعاء آخر كبير الحجم يخفق البيض مع السكر البني، ثم تضاف صلصة التفاح والزبد المذاب ويقلبا إلى أن يصبح الخليط ناعمًا. من أجل عدم إحداث فوضى، تستخدم مغرفة آيس كريم لوضع العجين في أكواب الخبز.
5. يصب خليط التفاح على خليط الدقيق، ويخلطا معًا باستخدام ملعقة خشبية إلى أن يمتزجا، ويكون الخليط جاهزًا عندما يختفي الدقيق كله.
6. تملأ الأكواب حتى ثلاث أرباعها بالعجين، وتخبز المافن لمدة 20 دقيقة أو إلى أن تكتسب اللون البني الفاتح.
7. يمكن للأطفال اختبار درجة النضوج عن طريق غرس سكين في منتصف مافن واحدة، وعندما تخرج نظيفة تكون المافن جاهزة. تزين بقطع الحلوى وتقدم.



المقادير

2 تفاحة حمراء (مفرغتان من البذور)
2 ملعقة كبيرة من خليط الفواكه المجففة
2 ملعقة صغيرة من السكر البني
رشة من التوابل المشكلة

الطريقة

1. باستخدام سكين صغير الحجم يشق حول محيط كل تفاحة.
2. تخلط الفواكه المجففة مع السكر والتوابل في وعاء، ثم يضغط الخليط في أعلى كل تفاحة.
3. توضع التفاحتان في طبق فرن، وتضاف ملعقة كبيرة من الماء البارد إلى الطبق، ثم تسخن التفاحتان على أقصى درجة الحرارة لمدة من دقيقتين ونصف إلى 3 دقائق أو إلى أن تطريا، ثم تتركا لمدة دقيقتين قبل التقديم.



المقادير

1 كوب (2 عود) من الزبد غير المملح المطرى
2 أوقية من الشوكولاتة غير المحلاة (مذابة ومبردة)
2/3 كوب من السكر المطحون
صفار 1 بيضة
1½ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
2 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
¼ ملعقة صغيرة من الملح
¾ كوب من المكسرات المشكلة المقطعة ناعمًا
مسحوق طبقة التغليف:
¾ كوب من سكر الحلواني
3 ملاعق كبيرة من مسحوق الكاكاو غير المحلى

الطريقة

1. في وعاء كبير الحجم وباستخدام ملعقة خشبية يقلب الزبد إلى أن ينعم، ثم تضاف الشوكولاتة المذابة وتخلط به جيدًا.
2. يضاف 2/3 الكوب من سكر الحلواني وصفار البيضة ومستخلص الفانيليا ويقلبوا إلى أن يمتزجوا، ثم يضاف الدقيق والملح ويقلبا إلى أن يتجانس الخليط.
3. تضاف المكسرات ويقلب جيدًا، ثم يغطى الخليط ويحفظ في الثلاجة لمدة من ساعة إلى ساعتين على الأقل أو إلى أن يجمد بما يكفي لتشكيله على شكل كرات.
4. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 350.
5. تكون كرات بقطر 1 بوصة من العجين باستخدام ملء ملعقة كبيرة ممسوحة لكل كرة، ثم توضع الكرات في صينيتي خبز مدهونتين، مع ترك مساحة 1 بوصة بين الكرة والأخرى، وتخبز الكرات لمدة من 10 إلى 12 دقيقة أو إلى أن يستقر أعلاها، ثم تبرد في الصينيتين لمدة 3 دقائق، وتكرر العملية لحين استخدام العجين كله.
6. في تلك الأثناء يخلط ¾ الكوب من السكر المطحون مع مسحوق الكاكاو في وعاء مسطح، وتغمس في الخليط الكرات الدافئة بحذر (كما لو يتم الإلقاء بها في الوحل) ليغطيها الخليط.
7. يبرد البسكويت تمامًا على رف من السلك، ثم يدحرج مرة أخرى في خليط السكر والكاكاو. لا تحتاج هذه الكرات إلى الحفظ في الثلاجة، بل تحفظ ببساطة في حاوية محكمة الغلق.

تكفي الوصفة لإعداد 4 دستات تقريبًا من الكرات.



حلوى الأطفال

المقادير

- 1 عبوة (وزن 12 أوقية) من حبوب الذرة والأرز المقرمشة
- 5 أوقيات من شرائح اللوز
- 6 أوقيات من البيقان المقطع المحمص
- ¾ كوب من الزبد
- ¾ كوب من شراب الذرة الداكن
- 1½ كوب من السكر البني الفاتح
- ½ كوب من الفواكه المجففة
- ½ كوب من الزبيب

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 250 فهرنهايت (120 مئوية)، وتدهن صينية تحميص كبيرة الحجم.
2. في وعاء كبير الحجم تخلط حبوب الذرة والأرز مع اللوز والبيقان المحمص، الفواكه المجففة والزبيب.
3. في قدر متوسطة الحجم على نار متوسطة الحرارة يذاب الزبد ويخلط مع شراب الذرة والسكر البني، ثم يصب الخليط على خليط الحبوب، ويرج الخليط جيدًا ويقلب ليمتزج كله.
4. يصب الخليط في الصينية المعدة ويقلب كل 15 دقيقة تقريبًا أثناء طهيه لمدة ساعة في الفرن، ثم يبرد على ورق شمعي ويحفظ في حاويات محكمة الغلق.



كعكة الليمون

المقادير

- 3 أكواب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 3 ملاعق صغيرة من البيكينج باودر
- 1 ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من جوزة الطيب
- 1 كوب من الدهن النباتي بنكهة الزبد
- 2 كوب من السكر الأبيض
- 3 بيضات
- ½ كوب من الكريمة الحامضة
- 1¼ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 1¼ ملعقة صغيرة من مستخلص الليمون
- 1 كوب من الحليب
- 4 قوالب من بودنج الشوكولاتة
- حلويات مشكلة

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 175 مئوية، ويدهن قالب كعك حلزوني مساحته 10 بوصة بالزيت والدقيق، ويغربل الدقيق والبيكينج باودر والملح وجوزة الطيب معًا ويوضعوا جانبًا.
2. في وعاء كبير الحجم يخلط الدهن مع السكر إلى أن يتكون خليط خفيف ورغب، ثم تضاف بيضة واحدة في المرة وتخفق مع الخليط، ثم تضاف الكريمة الحامضة ومستخلص الفانيليا والليمون، ثم يخفق خليط الدقيق بالتبادل مع الحليب إلى أن يمتزج، ثم يصب العجين في القالب المجهز.
3. تخبز الكعكة في الفرن لمدة من 45 إلى 50 دقيقة أو إلى أن تغرس في منتصفها خلة أسنان وتخرج نظيفة، وبعدها تترك الكعكة لتبرد في الصينية لمدة 10 دقائق، قبل أن تقلب على رف تبريد وتبرد تمامًا، وبعدها يفرد بودنج الشوكولاتة على الوجه وترش الحلويات على البودنج.
4. تقدم.



موزلي المشمش

المقادير

1 كوب من الموزلي الخالي من القمح والدبق
1 كوب من دقيق الأرز
¼ كوب من العسل
80 جم من الزبد أو السمن الصناعي
2 بيضة

الطبقة العلوية:
1 كوب من الموزلي الخالي من القمح والدبق
50 جم من الزبد المذاب
¼ كوب من العسل
1 بيضة
1 كوب من المشمش المجفف المقطع
1 كوب من الفواكه المجففة

الطريقة

1. يوضع الموزلي والدقيق والعسل والزبد والبيض في معالج الطعام ويضربوا معًا إلى أن يتمازجوا، ثم يضغط الخليط في صفيحة خبز مستطيلة مسطحة مساحتها 18x28 سم.
2. لإعداد الطبقة العلوية: تخلط مكوناتها معًا، ثم يوزع الخليط بالتساوي على طبقة خليط الموزلي ويضغط عليه جيدًا بظهر ملعقة.
3. يخبز في فرن معتدل الحرارة (180 درجة مئوية) لمدة 20 دقيقة أو إلى أن يجمد، ثم يبرد ويقطع ويصبح جاهزاً للتقديم أو التخزين.



المقادير

- 4 بيضات مسلوقة مقطعة إلى أنصاف
- 1 ملعقة كبيرة من المايونيز المصنوع من البيض الكامل
- 1 ملعقة كبيرة من الثوم المعمر الطازج المقطع ناعمًا
- ½ ملعقة صغيرة من خردل الديجون

الطريقة

1. باستخدام ملعقة صغيرة يفرغ الصفار من البيضِ ويوضع في وعاء، ويهرس قليلاً باستخدام شوكة.
2. يضاف المايونيز والخردل والثوم المعمر ويقلبوا.
3. يملأ كل نصف بيضة بملعقة صغيرة ممتلئة من خليط الصفار، ثم يقدم.

بيتزا السجق
(من مصر)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ½ كوب من جبن الموتزاريلا المبشور
- 4 ملاعق كبيرة من صوص البيتزا
- ½ كوب من الجبن الرومي المصري المبشور
- 3 قطع من السجق (مطبوخ ومقطع إلى شرائح)
- ½ كوب من الأرضي شوكي (الخرشوف المعلب (مقطع)
- ½ فليفلة رومي خضراء مقطعة
- 2 ملعقة كبيرة من شرائح الزيتون الأسود

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يوضع جبن الموتزاريلا وبقية المكونات على الصوص، ثم تزج البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
4. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.



بيتزا الفواكه
(من أستراليا)

المقادير

حصة من عجين البيتزا
(من وصفة عجين البيتزا البسيط)
حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور
كوب من صوص البشاميل
كوب من الخوخ المقطع إلى شرائح
كوب من الأناناس المقطع
حبات من الفراولة المقطعة إلى شرائح
حبة كيوي مقطعة إلى شرائح

صوص البشاميل:
ملعقة كبيرة من الزبد
كوب من الدقيق
كوب من الحليب
جم من جبن البارميزان المبشور
رشة من الملح
رشة من جوزة الطيب المطحونة

الطريقة

صوص البشاميل:

- يقدح الزبد في مقلاة صغيرة الحجم على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة، ثم يضاف الدقيق ويطهى مع التقليب لمدة من دقيقة إلى دقيقتين أو إلى أن تخرج منه فقاقيع.
- يرفع الخليط عن النار ويضاف الحليب ببطء مع الخفق المستمر إلى أن يصبح الخليط ناعمًا، ثم يوضع من جديد على الموقد ويطهى مع التقليب بملعقة خشبية إلى أن يغلي الصوص ويصبح سميكًا ويغطي ظهر الملعقة.
- يرفع الخليط عن النار ويضاف إليه جبن البارميزان والملح وجوزة الطيب ويقلبوا.

البيتزا:

- يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
- يفرد ملء ملعقة من صوص البشاميل بالتساوي على العجين.
- توضع قطع الفواكه وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.

بيتزا مارجريتا
(من إيطاليا)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا
- حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور
- 4 إلى 5 أوراق من الريحان الطازج

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقاً ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين على صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يرش جبن الموتزاريلا على الصوص، ثم توضع البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
4. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.



بيتزا الكفتة (من تركيا)

المقادير

1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)

ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا

حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور

4 قطع من كفتة اللحم البقري المجمدة (مطبوخة ومقطعة إلى قطع صغيرة)

1 ملعقة كبيرة من السماق

1 بصلة حمراء متوسطة الحجم (مقطعة إلى شرائح رفيعةإلى شرائح رفيعة)

½ كوب من الزبادي

1 ملعقة كبيرة من البقدونس المقطع

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يرش جبن الموتزاريلا على الصوص.
4. توضع بقية المكونات على الوجه، ثم تخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
5. يرش الزبادي على الوجه، ثم تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم.

بيتزا اللبنة والديك الرومي (من سورية)

المقادير

1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)

½ كوب من اللبنة

حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور

حفنة من لحم الديك الرومي المدخن (مقطع إلى مربعات صغيرة الحجم)

ملح وفلفل أسود حسب الذوق

1 ملعقة صغيرة من حبة البركة

1 ملعقة صغيرة من السمسم

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ودائري الشكل، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. تفرد اللبنة بالتساوي على العجين.
3. يرش جبن الموتزاريلا فوق اللبنة.
4. تضاف بقية المكونات وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
5. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.

بيتزا الأجبان الأربعة (من إيطاليا)



المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا
- حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور
- حفنة من جبن الإمنتال المبشور
- حفنة من جبن البارميزان المبشور
- 1 ملعقة كبيرة من الجبن الأزرق المفتت

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يوضع جبن الموتزاريلا وبقية أنوا ع الجبن على الصوص، ثم تخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
4. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.



بيتزا البانير (من الهند)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا
- 1 كوب من جبن الشيدر المبشور
- 1 كوب من جبن البانير الطازج (مقطع إلى قطع صغيرة)
- 1 كوب من الفلفل الرومي الأحمر المقطع
- 1 بصلة متوسطة الحجم (مقطعة إلى شرائح رفيعة)
- 1 حبة طماطم متوسطة الحجم (مقطعة إلى شرائح)
- 2 ملعقة كبيرة من شرائح الزيتون الأسود

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يرش جبن الموتزاريلا على الصوص.
4. توضع بقية المكونات على الوجه وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
5. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.



بيتزاترياكي الدجاج (من اليابان)

المقادير

1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)

1 ملعقة كبيرة من المايونيز

1 كوب من جبن الموتزاريلا المبشور

5 حبات من الفطر (مقطع إلى شرائح)

250 جم من أوراك الدجاج (مقطعة إلى شرائح)

¼ كوب من البصل الأخضر المقطع

1 ملعقة كبيرة من النوري المقطع (الطحلب البحري الياباني المجفف)

1 ملعقة كبيرة من صوص الصويا

1 ملعقة كبيرة من عصير التفاح

1 ملعقة كبيرة من خل التفاح

1 ملعقة كبيرة من السكر

رشة من الملح والفلفل الأسود

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ودائري الشكل، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يسخن الزيت في مقلاة وتحمر فيه أوراك الدجاج لمدة 3 دقائق على نار عالية الحرارة، وترش بالملح والفلفل الأسود.
3. يضاف صوص الصويا وعصير التفاح وخل التفاح والسكر ويطهى الخليط لمدة دقيقتين على نار متوسطة الحرارة.
4. يفرد المايونيز على العجين، ثم يوضع خليط ترياكي الدجاج والفطر والجبن.
5. تخبز البيتزا في الفرن لمدة 15 دقيقة على درجة حرارة 430 فهرنهايت.
6. ترفع البيتزا من الفرن ويرش البصل الأخضر والنوري على الوجه، ثم تقدم.



بيتزا السردين
(من الفلبين)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ½ كوب من جبن الشيدر المبشور
- ½ كوب من جبن الموتزاريلا المفتت
- 4 ملاعق كبيرة من معجون الطماطم
- 4 ملاعق كبيرة من كاتشب الموز
- 1 عبوة من السردين الإسباني (مقطع)
- ½ كوب من الأناناس المقطع
- 1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة إلى حلقات

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يخلط معجون الطماطم مع كاتشب الموز في وعاء صغير الحجم إلى أن يمتزجا جيدًا، ثم يفرد الخليط بالتساوي على العجين.
3. يوضع جبن الموتزاريلا والسردين وقطع الأناناس والبصل وجبن الشيدر وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
4. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.



بيتزا الهالبينو والدجاج (من المكسيك)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا
- حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور
- حفنة من مكعبات لحم صدور الدجاج المشوي
- حفنة من شرائح فلفل الهالبينو

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يوضع جبن الموتزاريلا على الصوص.
4. توضع بقية المكونات على الوجه وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
5. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.

بيتزا البيف برجر (من أمريكا)



المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (وزن 180 جم)
- ملء ملعقة كبيرة من صوص البيتزا
- حفنة من جبن الموتزاريلا المبشور
- 2 قطعة من البيف برجر الجاهز المطبوخ (مفتت)
- 1 بصلة مقطعة إلى حلقات
- 1 حبة طماطم مقطعة إلى شرائح

الطريقة

1. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ويبلغ الشكل المرغوب، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
2. يصب ملء ملعقة من صوص البيتزا على منتصف العجين، ثم يفرد ببطء عليه.
3. يرش جبن الموتزاريلا على الصوص.
4. توضع بقية المكونات على الوجه وتخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
5. تقطع البيتزا إلى شرائح وتقدم ساخنة.

بيتزا اللحم بعجين (من لبنان)

المقادير

- 1 حصة من عجين البيتزا (من وصفة عجين البيتزا البسيط)
- 4 ملاعق كبيرة من جبن الكريمة
- 1 كوب من لحم الحمل المفروم
- 1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة ناعمًا
- ½ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة من السمن
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. في مقلاة ساخنة يشوح البصل واللحم في السمن ويرشا بالملح والفلفل الأسود والقرفة، ويطهى اللحم إلى أن يكتسب اللون البني، ثم يوضع جانبًا.
2. يرش سطح العمل بالدقيق ويفرد عليه عجين البيتزا باستخدام نشابة خشبية إلى أن يصبح رقيقًا ودائري الشكل، ثم يوضع العجين في صينية خبز مسطحة بدون حواف.
3. يفرد جبن الكريمة بالتساوي على العجين.
4. يضاف خليط اللحم على الجبن بالتساوي.
5. تخبز البيتزا في الفرن على درجة حرارة عالية إلى أن تنضج.
6. تزين البيتزا بالصنوبر المحمص وأوراق النعناع، ثم تقطع إلى شرائح وتقدم.

عجين البيتزا البسيط

المقادير

1 ملعقة صغيرة من الخميرة الجافة النشطة
1 كوب من الماء الدافئ
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 ملعقة صغيرة من الملح
3 أكواب من الدقيق

الطريقة

1. تذاب الخميرة في الماء الدافئ وتقلب مع الزيت والملح.
2. يعجن الخليط بالخلاط الكهربي على سرعة منخفضة لمدة دقيقة مع كشط جوانب الوعاء باستمرار، ثم يضاف 2½ كوب من الدقيق ويستمر في عجن الخليط لمدة 3 دقائق إضافية.
3. يرش سطح العمل بالدقيق ويعجن الخليط مع ما تبقى من الدقيق ليتكون عجين كثيف نسبيًا، وفي الوقت ذاته أملس ومرن.
4. يدهن وعاء ووجه العجين بالزيت، ويغطى الوعاء ويترك العجين ليختمر في مكان دافئ إلى أن يتضاعف حجمه.

تكفي الوصفة لإعداد 3 حصص من عجين البيتزا (أو حسب حجم البيتزا المرغوب).
نصيحة: تضاعف المقادير في حالة الرغبة في صنع المزيد من العجين.

صوص البيتزا

المقادير

500 جم من الطماطم المقشرة المعلبة
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 ملعقة صغيرة من الأوريجانو المجفف
1 ملعقة صغيرة من الريحان المجفف
ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. توضع جميع المكونات معًا في معالج الطعام وتخلط جيدًا إلى أن يصل الصوص إلى درجة التماسك المناسبة.
2. يصب الصوص في حاوية نظيفة ويحفظ في الثلاجة إلى أن يحين وقت استخدامه.



الشيف أندرو ميتشل

تحضيراً للشتاء
الحساء

مع ابتداء التغيرات المناخية، نخاف دائماً من التقاط البرد أو الزكام ونشعر أحياناً بانخفاض في الحرارة، وأول ما يرد الى بالنا هو طبق الحساء الدافئ المعد في المنزل بحيث نتناوله ونحن نشاهد التلفاز ونستمتع بمذاقه سواءً كوجبة للغداء أو للعشاء.

اليكم الآن بتشكيلة كاملة من أنواع الحساء المتعددة ولنستعد معاً لاستقبال الأيام والليالي الباردة لنجعلها دافئة..





المقادير

- 30 جم من فطر الشيتاكي المجفف
- 40 جم من الزبد
- 150 جم من البصل المقطع
- 300 جم الفطر الأبيض الصغير (السيقان مقطعة والرؤوس مقطعة إلى شرائح)
- 30 جم من الثوم المقطع
- 40 جم من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 1 لتر من مرق اللحم المعلب
- 5 جم من جوزة الطيب المطحونة
- 250 ملل من الكريمة

الطريقة

1. يوضع فطر الشيتاكي في وعاء كبير الحجم ويصب عليه ما يكفي من الماء الساخن لتغطيته ويترك في الماء لمدة 30 دقيقة قبل تصفيته جيداً، ثم تقطع السيقان ويتم التخلص منها، وتقطع الرؤوس إلى شرائح رفيعة، ثم توضع جانباً.
2. يذاب الزبد في قدر حديدية ثقيلة على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة، ثم يضاف البصل ورؤوس الفطر الناعم والثوم ويشوحوا لمدة 10 دقائق إلى أن يكتسب الفطر اللون الذهبي.
3. يضاف الدقيق ويقلب لمدة دقيقتين، ثم يضاف المرق بالتدريج، ثم تضاف جوزة الطيب، ثم تغطى القدر وتترك الشوربة على نار هادئة لمدة 25 دقيقة إلى أن تصبح سميكة قليلاً.
4. يضاف فطر الشيتاكي ورؤوس الفطر الناعم المقطعة إلى الشوربة، ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 5 دقائق فقط إلى أن تذبل رؤوس الفطر الناعم قليلاً.
5. تضاف الكريمة ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة دقيقتين إلى أن تسخن، وتتبل الشوربة بالملح والفلفل. يمكن إعداد الشوربة قبل التقديم بيوم، حيث تغطى وتحفظ في الثلاجة، وتسخن على نار هادئة قبل التقديم.

شوربة اليقطين

المقادير

- 30 جم من الزبد
- 200 جم من البصل المقطع
- 200 جم من الكرفس المقطع
- 750 جم من اليقطين المقطع إلى مكعبات كبيرة
- 750 ملل من مرق الدجاج أو مرق الخضروات
- 500 ملل من الكريمة
- 5 جم من الملح، حسب الذوق
- 5 جم من الفلفل الأبيض
- 10 جم من القرفة
- 20 جم من الكزبرة الطازجة المقطعة

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر على نار منخفضة الحرارة ويشوح فيه البصل والكرفس لمدة دقيقتين.
2. يضاف اليقطين ويستمر في التشويح لمدة دقيقتين أخريين.
3. يضاف المرق وتغطى القدر.
4. يستمر في الطهي لمدة 20 دقيقة تقريبًا.
5. يرفع الغطاء، وتضاف الكريمة والتوابل.
6. تهرس الشوربة، ثم تترك على نار هادئة لدقائق قليلة إضافية.
7. تزين بالكزبرة المقطعة وتقدم.



شوربة الكراث بالكاري

المقادير

30 جم (1½ ملعقة كبيرة) من الزبد

500 جم من الكراث المقطع ناعمًا إلى شرائح (حوالي 2 حبة كراث متوسطة الحجم)

480 جم من الجزر الأبيض المقطع إلى مكعبات صغيرة (حوالي 4 جزرات بيضاء متوسطة الحجم)

½ ملعقة صغيرة من مسحوق الكركم

2 ملعقة صغيرة من مسحوق الكاري

750 ملل (3 أكواب) من مرق الدجاج أو مرق الخضروات

84 ملل (⅓ كوب) من الكريمة (نسبة الدسم 35 إلى 40 بالمائة)

ملح حسب الذوق

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر كبيرة الحجم على نار من متوسطة الحرارة إلى بين متوسطة وعالية الحرارة، وعندما يقدح الزبد يضاف الكراث ويطهى مع التقليب المستمر لمدة 5 دقائق إلى أن يطرى.
2. يضاف الجزر الأبيض والكركم والكاري ويستمر في الطهي مع التقليب لمدة من 30 ثانية إلى دقيقة، ثم يضاف المرق.
3. ترفع درجة الحرارة إلى عالية ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويترك الخليط على نار هادئة مع عدم تغطيته لمدة 25 دقيقة إلى أن تصبح الخضروات طرية للغاية.
4. يهرس الخليط بخلاط يدوي إلى أن يصبح ناعمًا مع وضع الغطاء أثناء الهرس.
5. تضاف الكريمة إلى الشوربة وتقلب، وتتبل الشوربة حسب الرغبة وتقدم.

شوربة كريمة السبانخ

المقادير

- 50 جم من الزبد
- 150 جم من البصل المقطع
- 5 جم من الملح
- 5 جم من الفلفل الأسود
- 5 جم من جوزة الطيب
- 750 ملل من مرق الدجاج
- 500 ملل من الكريمة
- 500 جم من السبانخ الطازجة

الطريقة

1. في قدر يشوح البصل في الزبد إلى أن يطرى.
2. يضاف الملح والفلفل الأسود وجوزة الطيب ويقلبوا.
3. يضاف مرق الدجاج ويقلب.
4. تضاف الكريمة.
5. يقلب الخليط لمدة دقيقة.
6. تضاف السبانخ وتقلب.
7. تهرس الشوربة.
8. تترك الشوربة على نار هادئة لمدة دقيقتين إضافيتين.
9. تقدم.



شوربة كريمة الهليون

المقادير

- 750 جم من الهليون الأخضر
- 200 جم من البصل المقطع
- 60 جم من الزبد غير المملح
- 1 لتر من مرق الدجاج
- 250 ملل من الكريمة
- 10 ملل من عصير الليمون الطازج

الطريقة

1. تقطع أطراف 12 حبة من الهليون على بعد 1½ بوصة من الرأس، وتقطع الأطراف إلى أنصاف بالطول إذا كانت سميكة وتحفظ للتزيين.
2. تقطع سيقان حبات الهليون المتبقية إلى قطع بحجم 1½ بوصة.
3. يطهى البصل في 2 ملعقة كبيرة من الزبد في قدر ثقيلة سعتها 4 لترات على نار معتدلة الحرارة مع التقليب إلى أن يطرى.
4. تضاف قطع الهليون مع الملح والفلفل الأسود حسب الرغبة، ثم يطهى الخليط لمدة 5 دقائق.
5. تضاف 5 أكواب من المرق ويترك الخليط على نار هادئة مع وضع الغطاء لمدة من 15 إلى 20 دقيقة إلى أن يصبح الهليون طريًا للغاية.
6. بينما تنضج الشوربة، تطهى أطراف الهليون المقطعة المحفوظة في ماء مغلي مملح لمدة من 3 إلى 4 دقائق إلى أن تطرى، ثم تصفى من الماء.
7. تهرس الشوربة على دفعات إلى أن تنعم (مع مراعاة الحذر أثناء الهرس لكون حرارة الشوربة مرتفعة)، ثم تعاد إلى القدر.
8. تضاف الكريمة وتقلب، ثم يضاف المزيد من المرق إلى أن تصل الشوربة إلى القوام المرغوب.
9. تتبل الشوربة بالملح والفلفل حسب الرغبة، ثم تغلى وتضاف إليها ملعقة الزبد الكبيرة المتبقية.
10. يضاف عصير الليمون وتزين الشوربة بأطراف الهليون.

شوربة كريمة الكرنب

المقادير

1 لتر من مرق الدجاج
500 ملل من الكريمة
200 جم من البصل المقطع
200 جم من الكرفس المقطع
100 جم من الجزر المقطع
500 جم من الكرنب
20 جم من الزبد

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر على نار منخفضة الحرارة ويشوح فيه البصل والجزر والكرفس إلى أن يطروا.
2. يضاف الكرنب ويستمر في التشويح لدقائق قليلة.
3. يضاف مرق الدجاج وتغطى القدر ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 5 دقائق.
4. يرفع الغطاء وتضاف الكريمة، ثم تهرس الشوربة.
5. تترك الشوربة على نار هادئة لدقائق قليلة دون الغطاء قبل التقديم.



المقادير

- 750 ملل من مرق الدجاج
- 30 جم من عشب الليمون
- 3 أوراق من أوراق ليمون الكافير الحامض (متوافر طازج أو مجمد في المتاجر الآسيوية)
- 12 حبة من الروبيان متوسط أو كبير الحجم (مقشر)
- 20 ملل من صوص السمك
- 30 جم من الفلفل الأحمر (أو الأخضر) الحار المقطع إلى شرائح رفيعة
- 20 جم من الثوم المفروم
- 100 جم من الطماطم الكرزية
- 100 جم من فطر الشيتاكي (مقطع إلى شرائح رفيعة)
- 100 جم من الفلفل الرومي الأحمر أو الأخضر (أو كلاهما) المقطع إلى شرائح
- 1 عبوة من حليب جوز الهند
- 40 جم من الكزبرة الطازجة المقطعة خشنًا



الطريقة

1. يصب المرق في قدر عميقة على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة.
2. يضاف عشب الليمون القطع إلى شرائح رفيعة إلى القدر، بما فيها الأجزاء التي لم يتم تقطيعها من الأعواد، ويغلى الخليط لمدة 5 دقائق أو إلى أن يفوح عطره.
3. يضاف الثوم والفلفل وأوراق الليمون الحامض إلى المرق ويستمر في الطهي لمدة 5 دقائق أخرى.
4. تضاف العصيبية (إذا كانت مستخدمة) وتقلب إلى أن تتكسر، ثم يضاف الروبيان والفطر والفلفل الرومي والطماطم الكرزية، ويطهى الخليط لمدة من 5 إلى 8 دقائق أو إلى أن تنضج العصيبية.
5. تخفض درجة الحرارة ويضاف حليب جوز الهند وصوص السمك، وتختبر درجة الملوحة والحرارة في الشوربة، ويضاف المزيد من الفلفل مع صوص السمك بدلاً من الملح إذا دعت الحاجة.
6. تقدم مع الكزبرة مرشوشة على الوجه وأرباع من الليمون الحامض الطازج على الجانب.

شوربة البروكولي والشيدر

المقادير

- 50 جم من الزبد
- 150 جم من البصل المقطع
- 750 جم من البروكولي الطازج
- 750 ملل من مرق الدجاج
- 400 جم من جبن الشيدر المبشور
- 500 ملل من الكريمة

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر على نار منخفضة الحرارة ويشوح فيه البصل إلى أن يصبح نصف شفاف.
2. يضاف البروكولي ويستمر في التشويح لمدة دقيقتين.
3. يضاف مرق الدجاج وتغطى القدر ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 10 دقائق.
4. تضاف الكريمة، ثم تهرس الشوربة.
5. يضاف الجبن ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق مع التقليب المستمر إلى أن يذوب الجبن.
6. تقدم الشوربة.



شوربة كريمة القنبيط

المقادير

- 750 جم من القنبيط
- 1 لتر من مرق الدجاج
- 60 جم من الزبد
- 80 جم من الدقيق
- 250 مل من الحليب
- 5 جم من الملح
- 5 جم من الفلفل الأسود
- 5 جم من جوزة الطيب

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر على نار منخفضة الحرارة، ويشوح فيه القنبيط إلى أن يطرى، ثم يضاف الدقيق ويطهى لمدة دقيقة واحدة، ثم يضاف مرق الدجاج وتغطى القدر ويطهى الخليط لمدة 10 دقائق.
2. يرفع الغطاء، ويضاف الحليب والتوابل، ثم تهرس الشوربة.
3. تترك الشوربة بعد هرسها على نار هادئة لدقائق قليلة، ثم تقدم.



شوربة البطاطس والشيدر

المقادير

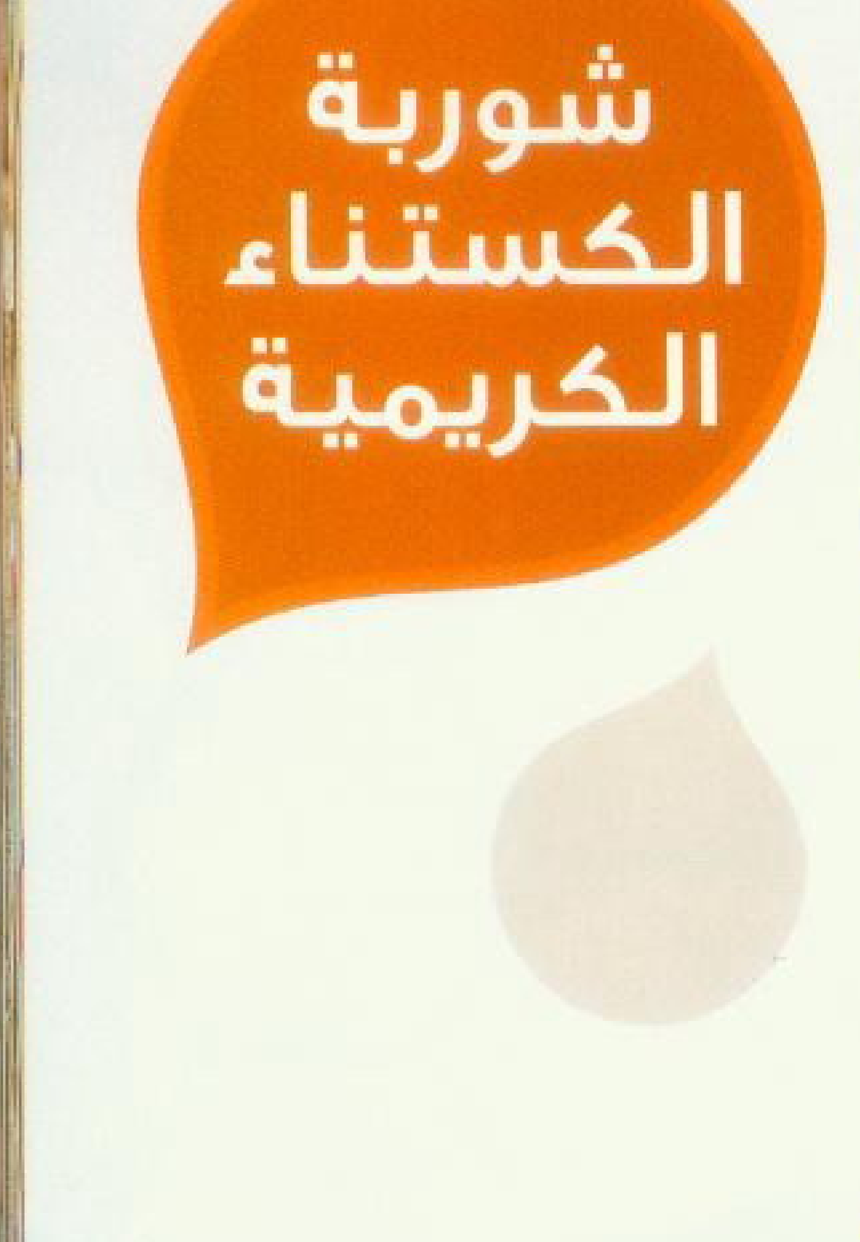
- 100 جم من البصل المقطع
- 100 جم من الكرفس المقطع
- 30 جم من الزبد
- 750 جم من البطاطس المقشرة والمقطعة إلى مكعبات
- 750 ملل من مرق الدجاج
- 400 جم من جبن الشيدر المبشور
- 500 ملل من الحليب
- 5 جم من الفلفل الأسود
- 5 جم من البابريكا
- 5 جم من الملح

الطريقة

1. يشوح البصل والكرفس في الزبد.
2. تضاف البطاطس والمرق ويغلى الخليط، ثم يترك على نار هادئة مع تغطية القدر لمدة من 10 إلى 15 دقيقة.
3. تهرس الشوربة.
4. يضاف الجبن والحليب والتوابل ويقلبوا.
5. يطهى الخليط على نار منخفضة الحرارة إلى أن يذوب الجبن.







شوربة الكستناء الكريمية

المقادير

2 ملعقة كبيرة من الزبد
1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة إلى شرائح
5 حبات متوسطة الحجم من الكراث مقطعة إلى شرائح
5 أوقيات من اللحم المقدد المقطع
6 أكواب من الكستناء المقشر
ملح حسب الذوق
3 أعواد مقطعة من الكرفس
1 ملعقة صغيرة من الشمار
1 ورقة غار متوسطة الحجم
10 أكواب من مرق الدجاج
½ كوب من الكريمة الحامضة
فلفل حسب الذوق
¼ كوب من مشروم الكيب البري المجفف (معاد تشكيله ومقطع)
3 ملاعق كبيرة من البقدونس المقطع

الطريقة

1. يشوح البصل والكراث في الزبد لمدة 5 دقائق.
2. يضاف الكستناء والملح والكرفس والشمار وورقة الغار ويشوحوا لمدة 3 دقائق.
3. يضاف المرق ويغلي الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويترك الخليط على نار هادئة لمدة ساعة ونصف، ثم ترفع ورقة الغار.
4. يترك الخليط ليبرد قليلاً.
5. يهرس الخليط على دفعات في معالج الطعام.
6. يعاد الخليط المهروس إلى القدر.
7. يغلي الخليط مرة أخرى وتضاف الكريمة الحامضة والفلفل والمشروم والبقدونس.
8. تترك الشوربة على نار هادئة لمدة 10 دقائق، ثم تقدم.

شوربة الفاصوليا البيضاء

المقادير

- 350 جم من الفاصوليا البيضاء
- 20 ملل من زيت الزيتون
- 200 جم من البصل المفروم
- 200 جم من الجزر المقطع ناعمًا
- 200 جم من الكرفس المقطع ناعمًا
- 20 جم من الإكليل الجبل الطازج المفروم
- ½1 لتر من مرق الدجاج
- 5 جم من الملح
- 5 جم من الفلفل الأسود المطحون حديثًا
- 150 جم من جبن البارميزان المبشور
- 20 جم من أوراق البقدونس الطازج

الطريقة

1. يسخن زيت الزيتون في قدر ويشوح فيه الجزر والكرفس والبصل على نار منخفضة الحرارة إلى أن يطروا.
2. تضاف الفاصوليا البيضاء وإكليل الجبل ويستمر في التشويح لمدة دقيقتين.
3. يضاف مرق الدجاج وتغطى القدر، ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 10 دقائق.
4. تقدم الشوربة مزينة بأوراق البقدونس وجبن البارميزان.



توست العسل والأناناس

المقادير

1 كوب من العسل

¼ كوب من عصير الأناناس

5 بيضات

ملح حسب الذوق

12 شريحة من الخبز الإيطالي (بسمك ¼ بوصة)

2 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح (أو حسب الحاجة)

6 شرائح من الأناناس الطازج

6 أوراق نعناع طازجة

الطريقة

1. يخفق كوب العسل مع عصير الأناناس والبيض والملح، ثم يحفظ الخليط في الثلاجة.
2. قبل الطهي، يوضع الخبز في خليط العسل ويقلب ليتغطى به جيداً، حتى يمتص الخبز السائل ويقلب مرة أو مرتين.
3. تحمر شرائح الخبز في الزبد على الجانبين على نار متوسطة الحرارة.
4. يزين الخبز بشرائح الأناناس ويرش بالعسل والنعناع.



الحمص بالعسل

المقادير

- 1 عبوة من الحمص (مصفى)
- ¼ كوب من العسل
- 1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- 1 ملعقة كبيرة من الكزبرة الطازجة المقطعة
- ¼ ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- 1 فص مقطع ناعمًا من الثوم
- ملح حسب الذوق
- فلفل حريف حسب الذوق

الطريقة

1. تهرس المكونات كلها معًا، ثم يبرد الخليط لعدة ساعات لتتمازج النكهات.
2. يقدم في درجة حرارة الغرفة.

بروليه كريمة العسل والزعفران

المقادير

600 ملل من كريمة الخفق
رشة من الملح
2 ملعقة صغيرة من حبوب الفانيليا (مكشوطة من القشر)
4 قرون حبهان
¼ ملعقة صغيرة من الزعفران
عودين من القرفة
4 ملاعق كبيرة من العسل
9 صفار بيض
⅓ كوب من السكر
½ كوب من السكر (للطبقة العلوية)

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 220 مئوية.
2. في قدر على نار منخفضة الحرارة توضع الكريمة مع الملح وحبوب الفانيليا والحبهان وأعواد القرفة والزعفران.
3. يترك خليط الكريمة ليسخن ببطء من أجل أن تكتسب نكهة التوابل، مع مراعاة عدم غليان الخليط، ثم تصفى الكريمة.
4. في وعاء يخلط صفار البيض مع السكر.
5. يضاف خليط الكريمة إلى خليط صفار البيض والسكر على 3 دفعات، ثم يصب الخليط كله في طواجن فخارية صغيرة.
6. توضع الطواجن في حمام ماء وتخبز لمدة من 45 دقيقة إلى ساعة، مع تفقد درجة نضوج البروليه من حين إلى آخر، ثم ترفع الأوعية من حمام الماء وتترك لتبرد، قبل أن توضع في الثلاجة لمدة ساعتين على الأقل أو طوال الليل.
7. عند التقديم يرش الوجه بالسكر، ثم يكرمل بشعلة البروليه.

شوربة الجزر والعسل

المقادير

½ كجم من الجزر
(مقشر ومقطع إلى شرائح رفيعة)
2 كوب من مرق الدجاج
1 بصلة بيضاء مقطعة
1 كوب من الحليب
¼ كوب من العسل
جوزة طيب مطحونة حسب الذوق
ثوم معمر مفروم للتزيين

الطريقة

1. يوضع الجزر مع البصل ومرق الدجاج في قدر كبيرة الحجم، وتغطى القدر وتترك على نار متوسطة الحرارة لمدة 15 دقيقة أو إلى أن يطرى الجزر.
2. ينقل الخليط إلى خلاط أو معالج طعام ويضرب إلى أن يصبح ناعمًا.
3. يعاد الخليط إلى القدر ويضاف إليه العسل والحليب ويترك على نار هادئة لمدة دقيقتين.
4. تقدم الشوربة مع الخبز المحمص.

الهليون مع صوص العسل والثوم

المقادير

750 جم من الهليون الطازج
½ كوب من خردل الديجون
½ كوب من مشروب الزنجبيل الغازي
⅓ كوب من العسل
1 فص مفروم من الثوم
½ ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر المجففة المسحوقة
½ ملعقة صغيرة من الملح
1 فص مقطع ناعمًا من الثوم للتزيين

الطريقة

1. يوضع الهليون في ماء مغلي مملح (بارتفاع 1 بوصة تقريبًا) ويطهى مع تغطية القدر لمدة دقيقتين أو إلى أن يبدأ في أن يطرى، ثم يصفى من الماء.
2. يخلط العسل مع الخردل ومشروب الزنجبيل والثوم والزعتر والملح، ويصب الخليط على الهليون المطبوخ.
3. يزين بالثوم المقطع.

المقادير

- 1 كوب من العسل
- 1½ رطل من الجزر (مقطع إلى شرائح بشكل مائل)
- 2 ملعقة صغيرة من حبوب الكزبرة الكاملة
- ½ كوب من زيت الزيتون البكر
- 2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- 1 ملعقة صغيرة من خردل الديجون
- 1¼ ملعقة صغيرة من ملح البحر
- 1¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون حديثًا
- 1½ ملعقة كبيرة من الكمون المطحون

الطريقة

1. في قدر على نار عالية الحرارة يغلى 1½ جالون من الماء مع العسل.
2. يضاف الجزر ويترك علي نار هادئة لمدة 5 دقائق إلى أن يطرى، ثم يصفى ويشطف بالماء البارد، ثم يصفى مرة أخرى وينقل إلى وعاء ويوضع جانبًا.
3. في مقلاة جافة صغيرة الحجم على نار متوسطة الحرارة توضع حبوب الكزبرة وتسخن مع التقليب المستمر لمدة دقيقتين إلى أن يفوح عطرها، ثم تترك لتبرد قليلاً قبل أن تطحن في مطحنة التوابل أو مطحنة القهوة إلى أن تصبح مسحوقًا ناعمًا.
4. لعمل التتبيلة: في وعاء يوضع زيت الزيتون مع الخردل و¾ ملعقة صغيرة من الملح و¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود ويخفقوا إلى أن يتمازجوا، ثم يوضع الخليط جانبًا.
5. يقلب الجزر في الكمون والملح والفلفل الأسود المتبقي وخليط زيت الزيتون المحفوظ، ثم يقدم.

الجزر بالعسل والكمون

المقادير

- ½ كوب من العسل
- ⅓ كوب من صوص الصويا
- ¼ كوب من الصوص الحار
- 1 ملعقة صغيرة من الملح المنكه بالثوم
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
- 1½ كجم من أجنحة الدجاج

الطريقة

1. يخلط العسل مع صوص الصويا والصوص الحار والملح والفلفل الأسود.
2. ترص أجنحة الدجاج في طبقة واحدة في صينية خبز مساحتها 9x13 بوصة ويصب عليها الصوص، وتقلب الأجنحة ليغطيها الصوص تمامًا.
3. تخبز الأجنحة على درجة حرارة 220 مئوية لمدة 40 دقيقة مع قلبها على الجانب الآخر مرة واحدة، ثم تبرد قليلاً وتقدم.



أجنحة الدجاج بالعسل



صدور الدجاج المشوية بالعسل

المقادير

- ¼ كوب من العسل
- ¼ كوب من عصير الليمون
- 2 ملعقة صغيرة من الزيت النباتي
- 1 ملعقة صغيرة من إكليل الجبل المسحوق
- 1 ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل
- 4 صدور دجاج مخلية من العظام

الطريقة

1. تخلط جميع المكونات، فيما عدا صدور الدجاج، معًا جيدًا.
2. يتبل الدجاج في خليط العسل والليمون لمدة ساعة في صينية خبز مسطحة.
3. يشوى الدجاج في الفرن لمدة 5 دقائق ويدهن بالعصارة الناتجة في الصينية، ويقلب ويشوى لمدة 5 دقائق أخرى أو إلى أن تصبح العصارة صافية.
4. يمكن غلي التتبيلة ثم تركها على نار هادئة لمدة دقيقتين قبل صبها على الدجاج.

المقادير

1 كجم من صدور الدجاج المخلية من العظم
¾ كوب من عصير البرتقال
⅓ كوب من العسل
3 ملاعق كبيرة من صوص الصويا
1 ملعقة كبيرة من نشا الذرة
½ ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون
2 ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
2 جزرة كبيرة الحجم
(مقطعتان إلى شرائح بشكل مائل)
2 عود كرفس كبير الحجم
(مقطعان إلى شرائح بشكل مائل)
أرز مطبوخ ساخن

الطريقة

1. يقطع الدجاج إلى شرائط رفيعة، ثم يوضع جانبًا.
2. في وعاء صغير الحجم يخلط العسل مع عصير البرتقال وصوص الصويا ونشا الذرة والزنجبيل جيدًا.
3. تسخن ملعقة كبيرة من الزيت في مقلاة كبيرة الحجم على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة ويضاف إليه الجزر والكرفس ويشوحا لمدة 3 دقائق.
4. ترفع الخضروات من المقلاة وتوضع جانبًا، وتصب الملعقة الأخرى من الزيت في المقلاة ويضاف الدجاج ويشوح لمدة 3 دقائق.
5. تعاد الخضروات إلى المقلاة ويضاف الصوص ويطهى الخليط مع التقليب على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة إلى أن يغلي الصوص ويصبح سميكًا.
6. يقدم على الأرز.



الدجاج المشوح بالعسل



الأضلاع المشوية بالعسل

المقادير

- 2 كجم من لحم الأضلاع (بقري أو حمل)
- ماء
- ملح وفلفل أسود
- ½ كوب من عصير الليمون
- ½ كوب من العسل
- 2 ملعقة صغيرة من قشر البرتقال المبشور
- 2 ملعقة صغيرة من جذر الزنجبيل المبشور
- 1 فص مفروم من الثوم
- 1 ملعقة صغيرة من إكليل الجبل المسحوق
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحار المسحوق
- ½ ملعقة صغيرة من القصعين المسحوق

الطريقة

1. يغطى اللحم تمامًا بالماء في قدر كبيرة الحجم أو مقلاة عميقة ويسلق مع عدم تغطية القدر على نار متوسطة الحرارة، ثم يترك على نار هادئة لمدة 4 دقائق، ثم يصفى المرق.
2. يتبل اللحم بالملح والفلفل الأسود.
3. يوضع اللحم على المشواة فوق فحم ساخن ويطهى لمدة تتراوح بين 15 إلى 20 دقيقة للجانب الواحد.
4. تخلط المكونات المتبقية معًا جيدًا لصنع خليط العسل.
5. يدهن اللحم بخليط العسل بسخاء مرتين خلال الـ15 دقيقة الأخيرة من الطهي.



الروبيان المشوي بالعسل

المقادير

- ¼ كوب من البصل الأخضر المقطع ناعمًا
- ¼ كوب من الزيت
- 2 ملعقة صغيرة من بشر الليمون
- 2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون الطازج
- ½ كوب من العسل
- 3 ملاعق كبيرة من البقدونس الطازج المقطع
- 2 ملعقة كبيرة من الزعتر الطازج المقطع
- ¼ ملعقة صغيرة من الملح
- 20 ذيل من الروبيان كبير الحجم (مقشر ومخلي من العرق الأسود مع عدم نزع الذيل)

الطريقة

1. في وعاء متوسط الحجم تخلط المكونات كلها معًا فيما عدا الروبيان.
2. يضاف الروبيان ويقلب، ثم يغطى الخليط ويوضع في الثلاجة لمدة ساعة.
3. تسخن المشواة ويصفى الروبيان ويشك على 3 أسياخ ويشوى لمدة تتراوح بين 5 و7 دقائق أو إلى أن يصبح غير شفاف مع قلبه مرة واحدة، ويقدم دافئًا.
4. يمكن أيضًا شي الروبيان في الفرن، حيث يوضع في صينية شواء بعد تصفيته من التتبيلة ويشوى على بعد 4 بوصة من الحرارة لمدة بين 6 و8 دقائق أو إلى أن يصبح غير شفاف، ومن أجل مرارة إضافية تضاف ملعقة كبيرة إضافية من عصير الليمون مع رشة من الملح. تكفي الوصفة لعمل من 3 إلى 4 أطباق رئيسية أو 12 حصة من المقبلات.



التونة المشوية في العسل

المقادير

- 3 قطع (سمك 1 بوصة) من ستيك التونة
- ½ كوب من العسل
- ½ كوب من صوص الصويا
- ⅛ ملعقة صغيرة من معجون الواسابي
- ½ كوب من حبوب السمسم
- 1 ملعقة صغيرة من معجون الواسابي للتزيين

الطريقة

1. في وعاء يخلط العسل مع صوص الصويا ومعجون الواسابي، ويمكن زيادة مقدار الواسابي حسب الرغبة، ثم تتبل التونة في الخليط لمدة ساعة مع تغطيتها.
2. ترفع التونة من التتبيلة وتدحرج في السمسم إلى أن يغطيها، ثم تشوى على مشواة شديدة السخونة لمدة من 4 إلى 5 دقائق للجانب الواحد، ثم تنقل إلى طبق تقديم.
3. يسخن خليط التتبيلة ويصب على التونة كصوص، وتزين التونة بمعجون الواسابي وتقدم.



يخنة الخضروات المشكلة

المقادير

- 3 باذنجانات مقطعة إلى مكعبات
- 2 فليفلة رومي حمراء مقطعة
- 2 فليفلة رومي خضراء مقطعة
- 2 فليفلة رومي صفراء مقطعة
- 3 حبات مقطعة من الكوسة
- 2 بصلة مقطعة إلى شرائح
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
- 2 كوب من مرق الخضروات
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. توضع الخضروات المقطعة وتطهى لمدة 5 دقائق تقريباً.
3. تضاف الطماطم والثوم والمرق ويغلى الخليط.
4. تخفض درجة الحرارة ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 30 دقيقة تقريباً إلى أن تصبح الخضروات طرية، ثم تقدم اليخنة.



يخنة الدجاج

المقادير

4 صدور دجاج

1 عبوة من الشمندر الأحمر (البنجر) (مقطع إلى مكعبات)

1 كوب من كريمة الخفق

1 كوب من مرق الدجاج

الطريقة

1. يغلى المرق والكريمة معًا.
2. تضاف صدور الدجاج والشمندر الأحمر ويغلى الخليط مرة أخرى.
3. تخفض درجة الحرارة ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 45 دقيقة تقريبًا إلى أن تصبح صدور الدجاج طرية جدًا، ثم تقدم اليخنة.



يخنة الفاصوليا الخضراء

المقادير

½ كجم من الفاصوليا الخضراء
¼ كجم من اللحم المفروم
2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
2 بصلة مقطعة
2 كوب من مرق الخضروات
1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. يضاف الثوم ويقلب، ثم يضاف اللحم المفروم ويستمر في الطهي إلى أن يتحمر اللحم.
3. تضاف الطماطم وتطهى إلى أن يصبح الخليط سميكاً.
4. يضاف المرق ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 20 دقيقة.
5. تضاف الفاصوليا الخضراء ويغلى الخليط مرة أخرى، ثم يستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 20 دقيقة أخرى إلى أن تطرى الفاصوليا الخضراء، ثم تقدم اليخنة.



يخنة البامية واللحم

المقادير

- ½ كجم من البامية
- ¼ كجم من شرائح اللحم البتلو
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 2 بصلة مقطعة
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 3 فصوص مفرومة من الثوم
- 2 كوب من مرق الخضروات

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. يضاف الثوم ويقلب، ثم تضاف الطماطم وتطهى إلى أن يصبح الخليط سميكًا.
3. يضاف المرق ويغلى الخليط، ثم يضاف اللحم ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 40 دقيقة إلى أن يصبح اللحم طريًا للغاية.
4. تضاف البامية ويغلى الخليط مرة أخرى، ثم تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 15 دقيقة إلى أن تصبح البامية طرية، ثم تقدم اليخنة.

يخنة الروبيان

المقادير

½ كجم من الروبيان المقشر
1 فليفلة رومي خضراء مقطعة إلى شرائح
1 فليفلة رومي حمراء مقطعة إلى شرائح
1 فليفلة رومي صفراء مقطعة إلى شرائح
2 بصلة مقطعة إلى شرائح
1 عبوة من الطماطم المسلوقة (مهروسة)
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
2 كوب من مرق الخضروات

الطريقة

1. يشوح البصل والفلفل الرومي في قدر مع زيت الزيتون إلى أن يطرى.
2. يضاف الطماطم المهروسة ويطهى إلى أن تصبح [illegible]
3. يضاف المرق ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويستمر في الطهي إلى أن يقل الخليط إلى النصف.
4. يضاف الروبيان ويطهى لمدة من 3 إلى 4 دقائق، ثم تقدم اليخنة.





المقادير

- ½ كجم من اللحم البقري المقطع إلى مكعبات
- 1 بصلة مقطعة ناعمًا
- 1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 كجم من الفول المجمد (مذاب)
- ¼ كوب من الكزبرة المقطعة ناعمًا
- 3 أكواب من مرق اللحم

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. يضاف اللحم مع الثوم ويطهيا إلى أن يكتسب اللحم اللون الذهبي.
3. يضاف المرق ويغلى الخليط، ثم يضاف اللحم.
4. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 45 دقيقة إلى أن يصبح اللحم طريًا.
5. يضاف الفول ويغلى الخليط، ثم يستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 20 دقيقة إلى أن يصبح الفول طريًا.
6. يخلط مقدار مغرفة من المرق ويخلط مع الكزبرة.
7. يضاف معجون الكزبرة إلى القدر ويقلب حتى يمتزج مع الخليط.
8. يغلى الخليط مرة أخرى قبل تقديم اليخنة.

يخنة القنبيط والدجاج



المقادير

- 1 حبة صغيرة الحجم من القنبيط (مقطعة إلى وريدات)
- 6 أوراك دجاج (بدون الجلد)
- 1 بصلة مقطعة ناعمًا
- 2 كوب من مرق الدجاج
- 1 كوب من كريمة الخفق
- رشة من مسحوق الزعفران
- شرائح رفيعة للغاية من الفلفل الأحمر

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. تضاف أوراك الدجاج وتسفع إلى أن تكتسب اللون الذهبي.
3. يضاف مرق الدجاج وكريمة الخفق ويغلى الخليط.
4. تخفض درجة الحرارة وتضاف رشة الزعفران ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 30 دقيقة إلى أن تصبح أوراك الدجاج طرية.
5. يضاف القنبيط ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 10 دقائق أخرى، ثم تقدم اليخنة.

المقادير

- ½ كجم من البصل الصغير المقشر
- ½ كجم من لحم الحمل المقطع إلى مكعبات
- 3 ملاعق كبيرة من الدقيق
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 3 أكواب من مرق الخضروات

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون في قدر ويحمر فيه لحم الحمل.
2. يضاف الدقيق ويطهى إلى أن يكتسب اللون البني.
3. يضاف مرق الخضروات ويغلى الخليط.
4. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 40 دقيقة أو إلى أن يصبح اللحم طريًا.
5. يضاف البصل ويستمر في الطهي إلى أن يطرى البصل، مع إضافة المزيد من المرق إذا دعت الحاجة، ثم تقدم اليخنة.





يخنة الكالاماري المحشو

المقادير

- ½ كجم من الكالاماري المنظف
- 2 قطعة من فيليه السمك الأبيض
- 2 عبوة من الطماطم
- 2 شريحة من خبز التوست (بدون القشرة، منقوع في ¼ كوب من الحليب)
- 1 ملعقة صغيرة من البقدونس المجفف
- 2 عود مقطع من الكرفس
- فلفل رومي أحمر مقطع
- 1 ملعقة صغيرة من الثوم
- 2 بصلة مقطعة
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 1 كوب من مرق الخضروات
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

الطريقة

1. يضرب فيليه السمك الأبيض في معالج الطعام.
2. يوضع السمك في وعاء مع بقية المكونات، فيما عدا الكالاماري، ويخلط معها جيداً.
3. يحشى الكالاماري بالحشوة ويوضع في صوص الطماطم.
4. في تلك الأثناء يعد صوص الطماطم عن طريق وضع زيت الزيتون مع الطماطم والمرق في قدر وغليهم معًا.
5. يوضع الكالاماري المحشو في الصوص وتخفض درجة الحرارة، ثم يطهى الخليط لمدة من 30 إلى 40 دقيقة، أو إلى أن تنضج الحشوة تمامًا.
6. يقطع الكالاماري إلى شرائح ويقدم مع الصوص.



يخنة الأرضي شوكي

المقادير

1 كجم من الأرضي شوكي المقشر
1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون
3 أكواب من مرق الخضروات
¼ كجم من البازلاء الخضراء المجمدة
¼ كجم من الذرة الحلوة المجمدة
¼ كجم من الجزر الصغير
1 كوب من كريمة الخفق

الطريقة

1. يوضع الأرضي شوكي مع عصير الليمون والمرق على نار عالية الحرارة حتى الغليان.
2. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 15 دقيقة تقريبًا إلى أن ينضج الأرضي شوكي نصف نضج.
3. يضاف الجزر الصغير ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 7 دقائق تقريبًا.
4. تضاف البازلاء والذرة ويستمر في الطهي لمدة 10 دقائق تقريبًا، مع إضافة المزيد من المرق إذا دعت الحاجة.
5. تضاف الكريمة ويستمر في الطهي على نار هادئة إلى أن يصبح الخليط سميكًا، ثم تقدم اليخنة.

يخنة الكفتة

المقادير

- 1 كجم من اللحم المفروم
- 1 ملعقة كبيرة من البقدونس المقطع
- 3 ملاعق صغيرة من الثوم المفروم
- 1 بصلة مقطعة ناعماً
- ¼ كوب من البقسماط
- ¼ كوب من الماء
- 3 أكواب من الفطر
- 1 كوب من الطماطم الكرزية الحمراء
- 1 حبة طماطم كرزية صفراء
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 2 كوب من مرق اللحم

الطريقة

1. يخلط اللحم المفروم مع البصل والثوم والبقدونس والبقسماط والماء.
2. يشكل الخليط على شكل كرات.
3. يوضع زيت الزيتون في قدر وتضاف إليه الطماطم وتطهى لمدة 5 دقائق.
4. يضاف المرق ويغلى الخليط، ثم تضاف كرات الكفتة ويغلى الخليط مرة أخرى.
5. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 40 دقيقة تقريباً.
6. يضاف الفطر والطماطم الكرزية ويستمر في الطهي على نار هادئة لمدة 5 دقائق إضافية، ثم تقدم اليخنة.

يخنة اللحم البقري



المقادير

- 1 كجم من اللحم البقري المقطع إلى مكعبات
- ½ كجم من البطاطس الصغيرة
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 3 أكواب من مرق اللحم
- 1 بصلة مقطعة
- 1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. يضاف اللحم ويطهى إلى أن يتحمر، ثم يضاف الثوم.
3. تضاف الطماطم والمرق ويغلى الخليط.
4. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة إلى أن يطرى اللحم.
5. تضاف البطاطس ويستمر في الطهي على نار هادئة إلى أن تنضج البطاطس، مع إضافة المزيد من المرق إذا دعت الحاجة، ثم تقدم اليخنة.



يخنة السبانخ واللحم

المقادير

- ½ كجم من اللحم البقري المقطع إلى مكعبات
- 1 بصلة مقطعة ناعمًا
- 2 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
- 1 كجم من السبانخ
- 3 بيضات مسلوقة
- 2 عبوة من الطماطم (مهروسة)
- 1 كوب من مرق اللحم
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

الطريقة

1. يوضع زيت الزيتون مع البصل في قدر ويطهى إلى أن يصبح البصل نصف شفاف.
2. يضاف اللحم ويطهى إلى أن يتحمر.
3. يضاف المرق ويغلى الخليط.
4. تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 40 دقيقة إلى أن يصبح اللحم طريًا.
5. يضاف الثوم والسبانخ والطماطم ويطهى الخليط لمدة 10 دقائق أخرى.
6. تقدم اليخنة مزينة بالبيض المسلوق.

القرنبيط المقلي مع الطراطور

القرنبيط المقلي هو طبق لبناني شهير، ويقدم مع الطراطور أو صوص الطحينة. وهو عبارة عن معجون طحينة مخفف بالماء ومنكه بالثوم (اختياري) والليمون والملح حسب الرغبة. هي وصفة بسيطة سريعة الإعداد موجودة في بيوتنا دائمًا، وفي الوقت ذاته اختيار لذيذ في الأيام التي ننشغل فيها. تقطع قطعة من الخبز العربي ويلف فيها القرنبيط المقلي وتغمس في الطراطور. إنه كنز بسيط.



المقادير

1 رأس قرنبيط
100 مل من الطحينة
2 رأس مفروم من الثوم (اختياري)
60 مل من الماء
عصير 1 أو 2 ليمونة (أكثر أو أقل، حسب الذوق)
حوالي 1 ملعقة كبيرة من البقدونس الطازج المقطع ناعمًا (أو العشب المفضل)
ملح وفلفل أسود حسب الذوق
زيت نباتي للقلي

الطريقة

1. تخفق الطحينة مع الثوم والماء وعصير الليمون (يضاف القليل منه في المرة) معًا في وعاء إلى أن تختفي أي تكتلات.
2. يتبل الخليط بالملح والفلفل الأسود حسب الذوق، ويمكن رشه بالبقدونس أو العشب المختار، أو يمكن وضعه جانبًا لرشه على انفراد.
3. يقطع القرنبيط إلى وريدات متوسطة الحجم ويغسل ثم يجفف.
4. يسخن الزيت النباتي في مقلاة إلى درجة حرارة 375 فهرنهايت (190 درجة مئوية) ويقلى فيه القرنبيط.
5. تقلى كمية صغيرة من القرنبيط في الزيت الساخن إلى أن تكتسب اللون البني الذهبي، ومن شأن هذه الخطوة أن تستغرق من 6 إلى 8 دقائق، ثم يرفع القرنبيط من الزيت ويوضع في طبق مغطى بمناشف ورقية، وتكرر العملية مع بقية القرنبيط، مع مراعاة عدم وضع الكثير منه في المرة الواحدة كي لا يتزاحم في المقلاة.
6. يقدم القرنبيط في الحال مع صوص الطراطور والخبز العربي

كبة اليقطين الحارة



المقادير

550 جم من اليقطين المهروس
50 ملل من زيت الزيتون
1 بصلة حمراء مقطعة ناعمًا إلى مكعبات
1 ملعقة كبيرة من معجون الفلفل الحار التركي (أو الهريسة)
1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
1 ملعقة صغيرة من البابريكا المطحونة
250 جم من البرغل الناعم (مغسول ومصفى جيدًا)
رشة سخية من الملح
2 بيضة مخفوقة خفقًا خفيفًا
زيت نباتي للقلي

حشو الجوز والفيتا:
50 جم من الجوز
180 جم من جبن الفيتا
16 جم من السالمية الطازجة المقطعة ناعمًا
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون حديثًا
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر إكسترا

الطريقة

1. يجهز اليقطين المهروس. يسخن زيت الزيتون في قدر كبيرة الحجم ثقيلة القاع، ثم يضاف البصل والكمون ومعجون الفلفل (أو الهريسة) والبابريكا ويسخنوا على نار منخفضة الحرارة لمدة من 15 إلى 20 دقيقة.
2. يضاف اليقطين المهروس والبرغل ويخلطا جيدًا ويتبل الخليط بالملح ويستمر في طهيه لمدة 5 دقائق أخرى.
3. ترفع القدر عن النار ويترك الخليط ليستقر لمدة 10 دقائق تقريبًا، ثم يضاف البيض المخفوق ويخلط جيدًا، ثم يوضع الخليط في الثلاجة لمدة ساعة تقريبًا
4. في تلك الأثناء تشوح السالمية المقطعة لمدة دقيقة إلى أن تصبح مقرمشة، ويقطع الجوز تقطيعًا خشنًا، ثم يخلط مع جبن الفيتا والسالمية وزيت الزيتون، ثم يوضع الخليط جانبًا.
5. يرفع خليط الكبة من الثلاجة، ثم تشكل كتل صغيرة منه باليد على شكل كرات ناعمة.
6. تعمل فجوة في الخليط بالإصبع ويتم توسيعها لتفريغ منتصف الخليط، وتحشى الفجوة بملعقة صغيرة ممتلئة من الحشوة، ثم تغلق الحواف معًا.
7. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 350 فهرنهايت (180 درجة مئوية مع ضبط الغاز على 4).
8. تدهن الكرات المحشوة بسخاء بزيت الزيتون. تنص الوصفة الأصلية على تحمير كرات الكبة، بينما فضلت أنا خبزها لمدة 35 دقيقة، ثم شوحتها تشويحًا خفيفًا في الزيت كي تكتسب اللون البني لمدة دقيقة واحدة على كل جانب.



ريزوتو المشروم البري

ملاحظات

الدهن + المقبلات (الثوم، البصل، الأعشاب) + الأرز + المرق + المزيد من الدهن والجبن + ترك هذه المكونات مغطاة معًا بعيدًا عن اللهب لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق = ريزوتو رائعًا!

عند استخدام المرق، يجب التأكد دائمًا من أنه قد تبخر قبل إضافة المزيد منه.

لابد دائمًا من التأكد من أن السوائل المضافة إلى الريزوتو دافئة، وهذا للحيلولة دون صدم الأرز، ولهذا يغلى المرق على نار هادئة في قدر منفصلة، حيث إن صدم الأرز يجعله مقشرًا من الخارج وجامدًا من الداخل.

يستغرق الأرز حوالي 30 دقيقة من الطهي في القدر، فإذا كنتم تعتقدون أنه لا يستحق منكم كل هذه المدة، فيؤسفني أن أقول إنكم لا تستحقون تناوله، من المسموح لي أن أقول هذا، بما أنه تم تكليفي بمهام شرطة الريزوتو!

لا يجب غسل الأرز، حيث إن هذا سيتسبب في ضياع النشاء المسئول عن جعله كريميًا.

بمجرد تدبر هذه التقنية الأساسية، يمكنكم التعامل بابتكار مع المكونات المضافة.

المقادير

1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة ناعمًا

3 فصوص مقطعة ناعمًا من الثوم

200 جم من المشروم المشكل المقطع ناعمًا (استخدمت مشروم البورسيني والمشروم المحاري والمشروم الذهبي والمشروم الناعم)

250 جم من أرز الأربوريو

1 لتر من مرق الدجاج (مدفأ في قدر ومعه مغرفة جاهزة لنقله إلى قدر الأرز)

¼ كوب من الزبد

½ كوب من جبن البارميزان المبشور

¼ كوب من الكريمة الحامضة

1 ملعقة كبيرة من البقدونس المقطع ناعمًا

1 ملعقة كبيرة من زيت الكمأة الأبيض

ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. يذاب الزبد على نار متوسطة الحرارة، ثم يضاف البصل والثوم ويشوحا لمدة تتراوح بين 3 و4 دقائق إلى أن يطريا ويصبحا نصف شفافين.
2. يضاف المشروم المشكل ويطهى لمدة دقيقة واحدة من التقليب.
3. يضاف الأرز ويخلط جيدًا ويطهى لمدة دقيقة أخرى.
4. يضاف القليل من المرق ويقلب باستمرار، ومن شأن المرق أن يستغرق من دقيقتين إلى 3 دقائق كي يتبخر، ويضاف المزيد منه كلما تبخر (مغرفة واحدة في المرة) مع الاستمرار في التقليب. ربما لا تكون هناك حاجة لاستخدام المرق كله، فبمجرد استنفاد ثلاثة أرباعه يتم اختبار الأرز، ويكون الأرز جاهزًا عندما يصبح طريًا وناضجًا.
5. تضاف الدهون من جبن وكريمة وزيت الكمأة.
6. في النهاية يضاف البقدونس المقطع، وتغطى القدر وتترك بعيدًا عن اللهب لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق.
7. هكذا يصبح الريزوتو جاهزًا للتقديم، ومن الأفضل أن يقدم في الحال.


fatafeat
Academy
خطوة خطوة
كيفية تفصيص البرتقال

بان كيك البرتقال



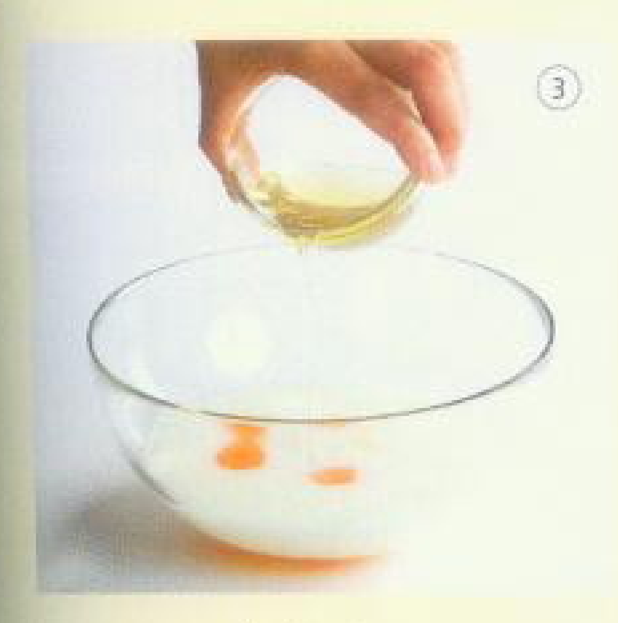
(1) 2 كوب من خليط البان كيك الجاهز (2) 2 ملعقة صغيرة من قشر البرتقال المبشور (3) ¼ كوب من الزيت (4) 1½ كوب من الحليب
(5) 2 بيضة (6) 4 ملاعق كبيرة من صوص البرتقال المكرمل



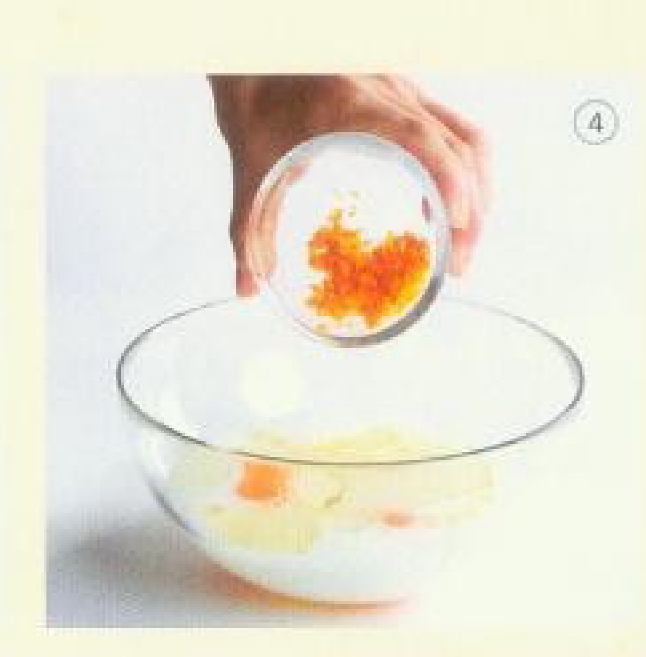
(1) في وعاء كبير، يضاف البيض



(2) ثم يضاف الحليب



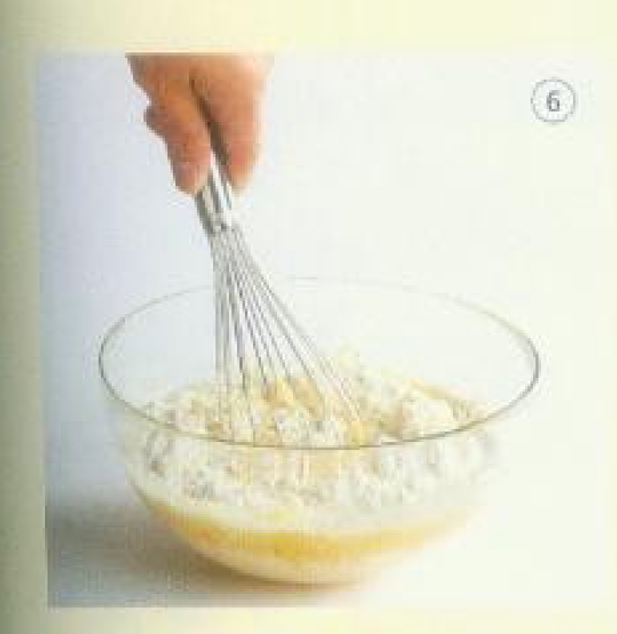
(3) وبعدها يضاف الزيت



(4) وكذلك البرتقال المبشور



(5) يضاف خليط البان كيك



(6) يقلب ليصبح الخليط ناعماً



يصب العجين في مقلاة مسخنة ويطهى إلى أن تخرج منه فقاقيع وتنضج الحواف



يقلب على الجانب الآخر ويطهى

تفصيص البرتقال



باستخدام سكين حاد، يزال الطرف الأعلى والأسفل للبرتقال



تزال القشرة وتستبعد وذلك بقطعها نحو الأسفل



تزال كلّ بقايا اللب البيضاء



يقطع بين أغشية البرتقال للحصول على فصوص البرتقال



تقدم البان كيك مع صوص البرتقال المكرمل وفصوص البرتقال

مثلجات الفاكهة مع البرتقال المكرمل





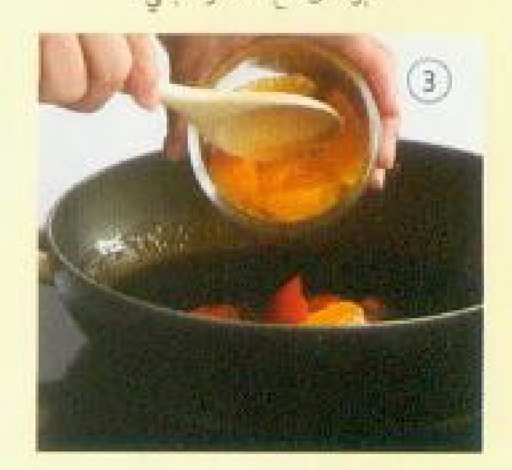
1 - 1 باينت من مثلجات الفواكه
2 - ½ كوب من شرائح اللوز المحمصة
3 - أوراق نعناع للتزيين
4 - 1 برتقالة كاملة مقطعة إلى فصوص
5 - 1 كوب من عصير البرتقال الطازج
6 - ½ كوب من السكر البني
7 - 1 حبة جريب فروت كاملة مقطعة إلى فصوص



1. في قدر متوسطة الحجم يوضع عصير البرتقال مع السكر البني.



2. يغلى الخليط ويطهى مع التقليب على نار بين متوسطة ومرتفعة



3. تضاف فصوص البرتقال والجريب فروت وتدفأ



4. توضع مثلجات الفاكهة في الكؤوس باستخدام مغرفة.



5. باستخدام ملعقة يضاف الصوص الدافئ على الشربات



6. ترش المثلجات باللوز المحمص وتزين كل كأس بورقة نعناع

يقدم في الحال